



TSK ELELE VAKFI

ISSN: 2148-3698 YIL: 4 SAYI: 12 EYLÜL 2016

DERGİSİ

GAZİLER GÜNÜ'NÜ KUTLADIK

Her yıl olduğu gibi
bu yılda 19 Eylül
Gaziler Günü'nde
Gazilerimizle birlikte
Ata'nın huzuruna çıktık.

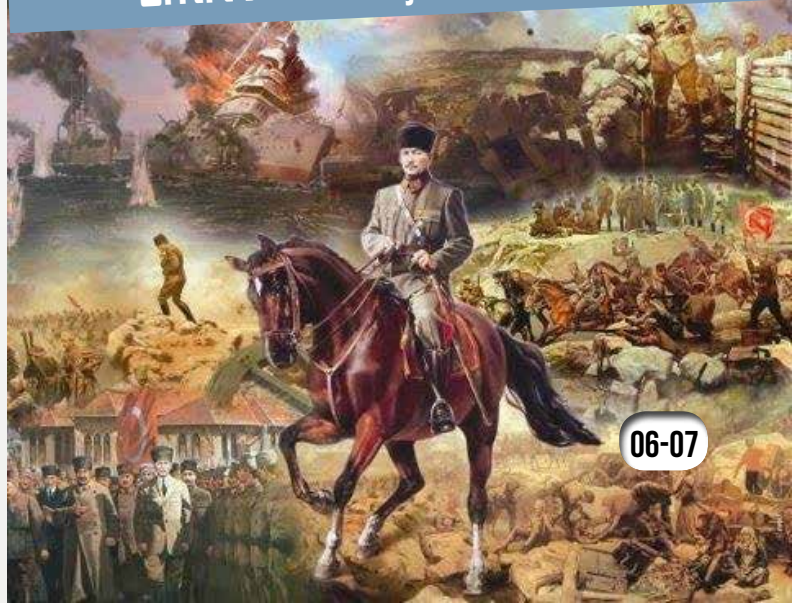
08-09



Org. Yaşar GÜLER
Elele Özel Eğitim Spor Kulübü
Sporcularını Kabul Etti

30-31

"Ordular İlk Hedefiniz Akdeniz'dir"
Emri Neden Çok Önemli ?



06-07



Vizyonumuz

Ülke Savunması ve milletin bölünmez bütünlüğü için görevi başında yaralanan veya uzvunu kaybedenler başta olmak üzere; TSK personeli, emeklisi, malulen emeklisi ve bunların bakmakla yükümlü olduklarının rehabilitasyonu ve devamlı bakımlarını sağlamak, uygar ve çağdaş seviyede sağlıklı bir yaşam sürdürebilmelerine katkıda bulunmak, engelli çocuk ve yetişkinler ile ilgili çalışma ve faaliyetlerde bulunmaktır.

Kaynağını, Yüce Türk Milletinin ELELE vererek gönüllü bağışlarının oluşturduğu menkul ve gayri menkullerini en üst seviyede dikkat, gayret ve özenle en iyi şekilde değerlendirmek suretiyle amaca uygun modern tesisler kurmak, yaygınlaştırmak ve örnek düzeyde işletilmesi için destek sağlamaktır.

Başarıya şartlanmış bilimsel ve kültürel donanıma sahip, çalışanların maksimum faydayı sağladığı, bağış yapan kişi, kurum ve kuruluşların teveccühüne layık, kamu yararına hizmet veren, sağlık ve sosyal içerikli öncü ve güvenilir bir vakıf olmaktır.

Misyonumuz

Amacı Gerçekleştirmek Üzere; tesislere sahip olmak, bu tesislerin işletme ve idamesi için destek sağlamak, kâr getirici yatırım, ortaklık ve şirketler kurmak, çağdaş iletişim araçlarıyla tanıtım faaliyetlerinde bulunmak ve bağışları artırmaktır.



Fahri KIR
Tümgeneral (E)
TSK Elele Vakfı
Genel Müdürü

Sunuş

Değerli Okurlarımız,

TSK Elele Vakfı olarak, bizleri bu yolda destekleyen siz bağışçılarımıza buradan ulaşabilmenin sevinç ve mutluluğunu yaşamaktayım.

Dergimiz aracılığıyla siz değerli bağışçılarımızın katkıları ile yapmış olduğumuz faaliyetleri takip etme imkanı bulacaksınız.

TSK Elele Vakfı Dergisi'nin onikinci sayısında; Vakıf Tanıtım Konferansı, "Ordular İlk Hedefiniz Akdeniz'dir" Emri Neden Çok Önemli ?, Gaziler Günü, TSK ELELE Vakfı Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezleri ve Okullarından Haberler, Makaleler, Gazilerimiz ve Bağışçılarımız ile ilgili yazılar yer almaktadır.

Vakfımız, sizin varlığınız ve desteğinizle Vakıf Senedindeki amaçlarına uygun tüm görevleri büyük bir sorumluluk duygusu ve gururla yerine getirme gayreti içinde çalışmalarına devam etmektedir.

TSK Elele Vakfı'ndan bağışlarını esirgemeyen tüm kişi, kurum ve kuruluşlara saygı ve sevgilerimi sunar, hepinize sağlık ve esenlikler dilerim.



TÜRK SİLAHLI KUVVETLERİ
ELELE VAKFI

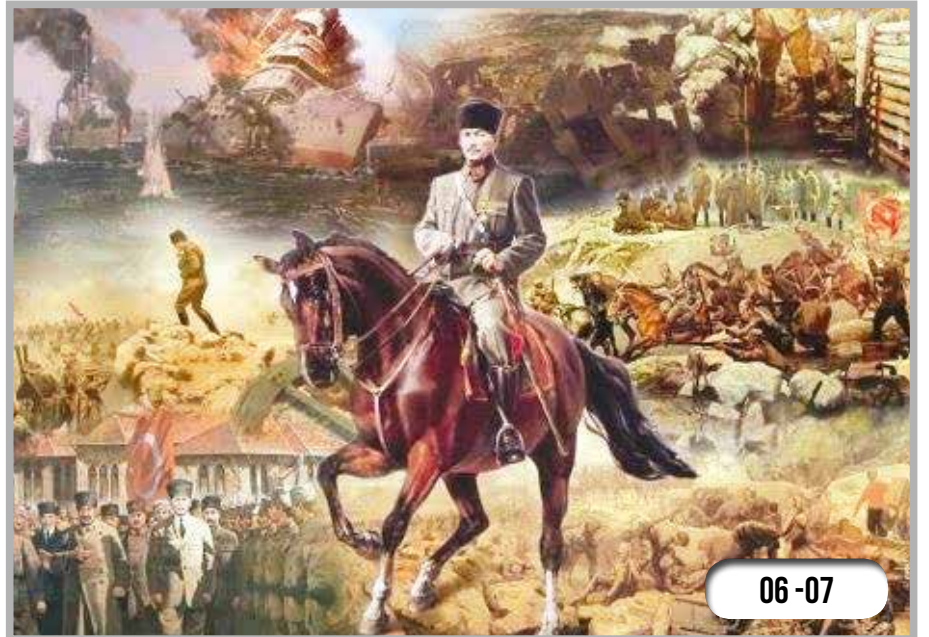
İçine

EYLÜL 2016 | SAYI : 12



08-09

GAZİLER GÜNÜ KUTLANDI



06-07

**"Ordular İlk Hedefiniz Akdeniz'dir"
Emri Neden Çok Önemli ?**

Yıl: 4 Sayı: 12 EYLÜL 2016

ISSN: 2148-3698

ÜCRETSİZDİR

4 ayda bir yayınlanır.

TSK ELELE VAKFI Adına Sahibi

FAHRİ KIR

Genel Müdür

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

EROL TÜRELİ

İDARE YERİ

Ziya Gökalp Cad.

Ataç-2 Sok. No: 43 / 8

Kızılay - Çankaya / ANKARA

Tel: 0312 431 99 36

Faks: 0312 431 07 36

www.elele.org.tr

elele@elele.org.tr

DERGİDE YAYINLANAN BÜTÜN
YAZILAR KAYNAK GÖSTERİLEREK
ALINTI YAPILABİLİR.

Baskı:

Büyük Anadolu Medya Grup

İstanbul Cad. Elif Sok.

No: 7 / 246 İskitler / ANKARA

Tel: 0312 384 30 70 (Pbx)

Baskı Tarihi: Eylül 2016

dekiler



TSK ELELE Vakfı Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezleri

10-12



OKULDAN HABERLER

30-32

05 **Vakıf Tanıtım Konferansı**

13 **Otizimli Çocuk Sahibi Olmanın Getirdikleri, Götürdükleri**

14-15 **Hematopoetik Kök Hücre Nakli ve Kök Hücre Vericisi Olmanın Önemi**

16 **Down Sendromu**

17 **Çocuğunuz Okula Gitmeyi Red mi Ediyor?**

18-19 **Gayrimenkul Alırken Nelere Dikkat Etmeli?**

20-21 **Engelli Bireylerde Psiko-Sosyal Gelişim**

22 **Serebralpalsi ve Bobath (Nörogelişimsel Tedavi)**

23 **Günde 11 Dilim Ekmek Ye Zayıfla...**

24-25 **Unutkanlığı Yenmenin Yolları**

26-27 **Gecikmiş Konuşma ve Disleksi İlişkisi**

28-29 **Trafik Kazalarında Yapılması Gerekenler...**

33 **Aynur MERTDOĞAN Hanımefendi ile Röportaj**

34-35 **Hanife Fahire YILDIZ Hanımefendi ile Röportaj**

36-39 **GAZİLERİMİZ**

40 **Bunları Biliyor musunuz?**

42 **TSK Elele Vakfı'na Bağış Yöntemleri**

43 **Cengel Bulmaca**

44 **TSK Yararına Faaliyet Gösteren Vakıflar**

TURKTRUST

Türkiye'nin İmzası



eksprEs-İmza

Yarım günde e-imza

Sabah başvurunuzu yapın gün içinde eksprEs-İmzanızı alın.



TÜRKTRUST, 5070 Sayılı Elektronik İmza Kanunu kapsamında Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu tarafından yetkilendirilmiş, elektronik imza ve zaman damgası hizmetleri veren bir Elektronik Sertifika Hizmet Sağlayıcısıdır (ESHS).

TÜRKTRUST aynı zamanda bilgi güvenliği alanında ülkemizde teknoloji üreten, yazılım ürünlerinin yanı sıra, anahtar teslim projelerle bütünlük bilgisi güvenliği çözümleri sunan bir ar-ge kuruluşudur.

TÜRKTRUST, güvenilirliği, tarafsızlığı, teknik ve fiziksel altyapısı, güvenlik sistemleri, uzman kadrosu, tamamen kendi kaynaklarıyla geliştirdiği yazılımlarıyla elektronik imza, elektronik sertifika ve zaman damgası hizmetleri alanında ülkemizin lider kuruluşudur.

Bilgi Güvenliği Lideri



Arnica®

Elektronik İmza Yazılım Kütüphanesi

0850 222 444 6

www.turktrust.com.tr

TSK ELELE Vakfı Kuruluşudur.

Vakıf Tanıtım Konferansı



T.C. Ankara Valiliği 75 inci Yıl Huzurevi Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezi'nde Vakıf Tanıtım Konferansı verilmiştir. Konferansta Vakıf hakkında bilgi verilmiş ve dinleyicilerin soruları cevaplandırılmıştır. (17 Mayıs 2016)



T.C. Ankara Valiliği Ümitköy Huzurevi Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezi'nde Vakıf Tanıtım Konferansı verilmiştir. Konferansta Vakıf hakkında bilgi verilmiş ve dinleyicilerin soruları cevaplandırılmıştır. (24 Mayıs 2016)

VAKFIMIZA ZİYARET



MSB Müs. İd. Yrd. Tümğ. Mete SALT; 12 Mayıs 2016 tarihinde Vakıf Genel Müdürü Tümğ.(E) Fahri KIR'a nezaket ziyaretinde bulunmuştur.

"Ordular İlk Hedefiniz Akdeniz'dir" Emri Neden Çok Önemli ?

"İLK HEDEFİNİZ AKDENİZ'DİR" EMRİ NEDEN ÇOK ÖNEMLİ? HÜRRİYET'İN 30 AĞUSTOS ZAFER BAYRAMI DOLAYISIYLA VERDİĞİ ÖZEL EKTE TARİH PROFESÖRÜ İLBER ORTAYLI, MUSTAFA KEMAL ATATÜRK'ÜN BÜYÜK TAARRUZ İÇİN VERDİĞİ "ORDULAR İLK HEDEFİNİZ AKDENİZ'DİR, İLERİ" EMRİNİN NEDEN ÖNEMLİ OLDUĞUNU YAZDI. "BU EMİR TÜRKİYE CUMHURİYETİ'NİN DOĞAL SINIRLARINI BELİRLER" DİYEN ORTAYLI'NIN YAZISI ŞÖYLE:

'Karizma', Weber'gil bir tabirdir ve kili- se terminolojisinden alınmadır. Yunancadır ve 'yanılmazlığın inanılan' anlamına gelir. Bunun Osmanlıcada da bir karşılığı vardır: 'Sahibkiran.' Bu sözcük, göksel takımıyl- dızlarından alınan bir yetki ve hediye, ina- yet demektir.

Evet, Weber'ci 'karizma' kavra- mı ATATÜRK'e tam olarak uyuyor. ATA- TÜRK yanılmayacağına güvenilen bir lider olarak doğmuştur. Keza İstiklal Harbi komu- tanları fevkalade kıymetli insanlardır. Hele o kurucu üç büyük komutan: Ali Fuat Paşa, Kazım Karabekir ve Mustafa Kemal Paşa...

Fakat bunların içinde, gerçekleşmesi imkansız görünen hedefleri işaret eden hep ATATÜRK'tür. Diğer ikisi hep daha temkinli olmuştur. Cihan Harbi'nde inanılmaz hata- lar yapılmış ve o yapılan hatalar her şey- den önce imparatorluğun cenazesinin kılın- masına ve büyük bir insan kaybına sebep olmuştur. Yedek subay olarak giden tale- belerin mektepleri boşalmış, tarlalar kıy- metli çiftçiden, kasabalar esnaftan mah- rum kalmıştır. Bu hal ve korkunç bilanço, komutalar da dahil olmak üzere milleti ve seçkinleri elbette temkinli olmaya sevk etti.

ATATÜRK söz konusu olduğunda tem- kinle birlikte aşırı bir atılım da vardır. Durum muhakemesi ve insanları etkilemek bir deha gerektirir. Çünkü herkes vatani seviyor ve kurtarmaya çalışıyordu ama lider nitelikle- riyle halkı ve taşra ileri gelenlerini ikna edip bir araya getirebilen kişi Mustafa Kemal Paşa idi. İstanbul, Batı Anadolu ve Doğu Trakya, Gazi Paşa'nın vazgeçemeyeceği hedeflerdi; oysa İstiklal Harbi komutanları bu konuda daha temkinliydi. Lakin Mudan- ya Mütarekesi'ne ulaşıldığı vakit düzenle- nen sınırların ötesinde kalan hedefler konu- sunda o da artık temkinlidir...

1922'nin Türkiye'si gerçekçi bir komu- ta heyetiyle ulaşması gereken noktaya gel- mişti. Başkomutanlık Meydan Muharebe- si'ndeki süratli hareket emri, aynı zamanda Türkiye Cumhuriyeti'nin doğal sınırlarının Akdeniz olması üzerinde yoğunlaşıyor- du. Dokuz asırlık Türk tarihi, Orta Asya ve Horasan ikliminden Akdeniz'e yönelmeyi ve ulaşmayı amaçlamaktaydı. Binaena- leyh, imparatorluğun bu mirasının elden çıkmasını Gazi Mustafa Kemal Paşa'nın ne askeri dehası ne de medeniyet tarihi anla- yışı uygun gördü. Ordulara yönelik "İlk hedefiniz Akdeniz'dir" emri işte bu konuyla ilgili kesin bir emirdir ve meydan savaşının kazanılmasından dokuz gün sonra ordular İzmir'e bu emirle girmişlerdir.

30 Ağustos Zaferi'ne giden yol

Cihan Harbi'nden çıkan korkunç bilan- ço, komutanlar da dahil olmak üzere milleti ve seçkinleri elbette temkinli olmaya sevk etti. Ama ATATÜRK söz konusu olduğunda

temkinle birlikte aşırı bir atılım da vardır. Durum muhakemesi ve insanları etkile- mek bir deha gerektirir. Herkes vatani sevi- yor ve kurtarmaya çalışıyordu ama Mus- tafa Kemal Paşa lider nitelikleriyle halkı ve taşra ileri gelenlerini ikna edip bir araya getirmeyi başardı. 30 Ağustos'ta ilan edilen zaferle bir günde gelinmedi. Milli Mücade- le, Başkomutanlık Meydan Muharebesi'ne dek ilmek ilmek örülmüştür.

Mondros Mütarekesi (30 Ekim 1918), Türkiye için ağır işgal şartları getirmiş- ti. Üstelik mütarekenin, sonraki dönemde işgal kuvvetlerinin gerekli gördüğü stratejik değişikliklere açık olduğu da anlaşılı- yor. 1918'in ağır şartları içinde bile yeni Türk imparatorluğunun ordu komutanları mülki erkân ve politikacıları karşılarında İngiltere ve Fransa'yı bulacaklarını zannediyorlardı.

Oysa Britanya İmparatorluğu yorgun- du, Türkiye'nin işgalini yürütecek imkânları sınırlıydı. Dolayısıyla daha baştan taze kuvvet Yunanistan'ı yanına aldı. İstanbul'un işga- linden çok, Yunanistan'ı Trakya'ya hâkim kıldı. Nitekim 1921-22 yıllarında Sakarya Savaşı'ndaki mağlubiyetlerine rağmen İngil- tere, Yunanistan'ın İngiltere ve müttefikle- ri adına da Trakya'yı işgal isteğine ilk başta razı olmaz gibi görünse de derhal sempa- ti gösterdi. Büyük Taarruz'dan biraz evvel Yunanlılar Tekirdağ'a asker çıkarmaya baş- layacaktır. Ege'de ve Marmara'da da hiç beklenmedik bölgelerin işgaline yollanan Yunanistan, Britanya İmparatorluğu'nun sağ koluydu.

Bu durum Türkiye'nin milli güçlerinin, ordu, mülki erkân ve hatta kasabalardaki halkın bir kısmının direnmesini, Türk kamu- oyunun en örgütlü ve bilinçli unsuru sayı- lan İttihatçıların tekrar bir araya gelmesini sağladı. Mamafih savaş boyunca İttihatçı- lar ikiye ayrılmıştır: Bir kısmı Enver ve Talat Paşalardan vazgeçmekten önemli bir kısmı Enver Paşa'yı, dönemini ve kişiliğini gözden çıkarıp istiklal mücadelesi için Ankara'nın etrafında kenetlenenektir.

1918 TÜRKİYE'Sİ, 1914

TÜRKİYE'SİNDE ÇOK FARKLIYDI

Şurası bir gerçektir: İtilaf devletlerinin gücü ve zafer ortadaydı ama kurmay sını- fımız onların zaafını da görmüştü. Her şeye rağmen, 1918 sonundaki Türkiye, yenilmiş olsa da 1914'ün Türkiye'si değildir. Uzun harp yılları çok az sayıdaki Türk komuta- nın ve politikacının direnç gücünü arttırdığı gibi İngiltere, Fransa ve İtalya gibi ülkelerde de Türkiye'nin geleceği ve ordusunun hattı harekâtı üzerinde değişik düşünen bireylerin hatta grupların ortaya çıkmasına yol açmış- tır. Britanya ordusunda Türk askerler için müspet görüş sahibi olanlar vardı. Bunlarla beraber, Türk milliyetçiliğinin uzun zaman 'kırat üzerinde İstanbul'a giren mağrur, müs-



teveli' diye nitelediği Fransız işgal kuvvetleri komutanı Franchet d'Espèrey'in da aslında genç Türkiye'ye kısmen de olsa sempatiy- le bakanlardandı.

İtalya, savaşın bitiminden beri Britan- ya ve Fransa'nın egoist tavırları karşısın- da kendisini aldatılmış hissediyordu ve Anadolu'ya karşı sempatisi sadece sözde kalmadı. Ege'de Yunanistan'a verilenler en çok onu rahatsız etti.

BOĞAZ'IN KOMUTASI

YUNANİSTAN'A MI VERİLECEKTİ?

Şimdi bizim tarafta olup bitene baka- lım. Önce bir-iki not düşelim. Son Sadra- zam Tevfık Paşa'nın oğlu İsmail Hakkı Bey miralaydı. Padişahın da damadıydı. Ulviye Sultan'la evliydi. Anadolu'ya geçti. Musta- fa Kemal Paşa ve etrafı, İsmail Hakkı Bey'in karşı taraftan bir şeyler getirdiğini düşündü. Yani sadrazam babası ve padişah kayınba- basından bir mesaj getirmiş olabildi. Oysa o, Anadolu'ya habersiz geçmişti; kendisini karşılayanlara "Savaşmaya geldim; her aske- rin, subayın görevi olduğu üzere Anadolu kuvvetlerine katılmaya geldim" diyecekti.

Anadolu'dakiler "Pekâlâ" deyip kabul ettiler. İş buraya kadar gelmiş. Hatta Damat Ferit Paşa'nın üvey oğlunun, yani Medi- ha Sultan'ın ilk eşinden olan oğlunun dahi Anadolu'daki harekete katılmak istedi- ği biliniyordu.

İngilizler de bunun farkındaydı. Yüksek Komiserlik'ten gelip "Tabii ki gidebilir, ken- dilerine vize veririm" diye görüş bildirdiler. "Hatta zat-ı şahane isterse onu bile kuru- yarak Anadolu'ya geçiririz; lakin İstanbul'un ve havzanın muhafazası için Yunan ordu- su hazır" dediler.

Bu son derece korkunç bir ihtimal- di. İstanbul ve Boğazların korunmasının, komutasının Yunan ordusuna verilmesi gündeme gelmişti yani. Bu tasavvur edi- lir bir şey değil.

'SAKIN ANADOLU'YA GİRMEYİN' DİYEN YUNAN KOMUTAN

Yunan ordusunda bu dönemde, ikti- dardaki Venizelos'un muhalifleri arasın- da iyi kurmaylar da vardı. Bunların içinde akil bir portre General Metaksas'tır (Sonra-

ki Yunanistan diktatörü). Söylediği şudur: "İzmir'e çıkmayın, gerekmiyor." Sözüne kulak asan olmadı. Bir defa da İzmir'e girildiğinde konuşacaktı: "İlerlemeyin! İlerlemeyin çünkü adamların orduları var ve askerleri var. Bunların organizasyon kabiliyetleri var, komutanları var. Bizi mahvederler."

Muhallifleri ona o zaman "Korkak" dediler. General Metaksas'ın işaret ettiği oldu sonunda. Yaşananları Yunanlılar 'Küçük Asya Faciası' diye niteliyor. Bu 'Küçük Asya Faciası'nın mesulü Venizelosçu politikadır. Tabii ki dış kuvvetlerin onları teşvikini unutmamak lazım, özellikle Britanya'nın. Britanya tarafında askerler, müttefik Yunan ordusunun çok muvaffak olamadığını, istedikleri düzeni kuramadıklarını tespit ediyordu. Müttefik İtilaf Devletleri'nin kendilerine uzaklaşan tutumu, Türk halkının şikâyetleri ve Türk ordusunun işgale tepkisiyle karşılaştılar.

Bunların sonucunda, Britanya kuvvetleri günden güne, adeta askerce bir sempatiyle Anadolu'daki kuvvetleri tutmaya başlayacaktı. Bununla birlikte tabii Britanya'nın anti-Türk politikası ısrarlıydı; Dışişleri, askerler gibi düşünmüyordu.

SAKARYA'DAN BÜYÜK TAARRUZ'A

İstiklal Savaşı'nın ilk safhası 11 ay sürdü. Bu değerlendirmenin bir abartma sayılamayacağı açıktır. Ağır Mondros şartlarının daha da ağırlaştırılması ve işgal hukuku şartları içinde hareket etmeleri beklenmeyen Yunan işgal kuvvetlerinin tavrının herkesi tedirgin ettiği ve tepki yarattığı açıktır. Hatta bu konuda zorluk çekenlerden birisi Venizelos'un İzmir bölgesini işgal komiseri olarak tayin ettiği Aristeidis Stergiadis'tir. Stergiadis, İzmir'de en büyük muhalefeti kiliseden ve kendilerini Levantenlere karşı yeterince desteklenmediğini ileri süren Rum tüccarlardan görmüştür.

Tüm Ege, Marmara, Trakya, Trabzon, Orta Karadeniz, Çukurova bölgesi tepki içindeydi. Ayntab, Maraş ve Urfa ise silahlı direnişe geçmişlerdi bile ama bu kaotik direnişi derlemek birinci safha sayılmalıdır.

19 Mayıs'ta Mustafa Kemal'in Samsun'a çıkmasından 23 Nisan 1920'de Anadolu'da saltanat ve hilafetin gerçek koruyucusu ve kurtarıcısı olduğunu açıklayan Milli Meclis Hükümeti'nin (Türkiye Büyük Millet Meclisi Hükümeti) ortaya çıkmasına kadar geçen 11 ay sürede bu birinci safha tamamlanmıştır.

Bundan sonrası milli ordunun düzenlenmesi, gerilla kuvvetlerinin yönetilmesi ve ordu kurulunca da bunların saf dışı edilmesi gibi zor bir dönemdir. Tarihi, tarih şartları içinde ele almak gerekir. Milli ordunun teşkili tamamlanmadan önce bu kuvvetlerin yaptıklarını dağıtmak bulsak da icraatını olumlu değerlendirmek zorundayız. Askeri tarih değerlendirmelerinin politik tutum tarafından gölgelenmeden yapılması gerekiyor.

DÖNÜM NOKTALARI

Dönemi içinde düzenli ordunun gösterdiği varlık, diplomatik uğraşlarla paralel gitmiştir. Yakın Türkiye tarihinin en büyük komutanı, bazılarının iddia ettiği gibi Kâzım Karabekir Paşa değildir ama onun doğudaki zaferleri Bolşevik Rusya'nın TBMM tarafından kazanılması, gayrimennun Fransa'nın Sakarya Savaşı'ndan önce tarafsız kalması ve bilhassa İtalya'nın konumu önemlidir.

Sakarya Savaşı, Büyük Millet Meclisi ordularının Kütahya ve Eskişehir hattında yenilgisiyle sonuçlandı. Burada ilginç bir strateji uygulandı. İlk defadır ki 'mevzii' yenilgi bir bozguna dönüşmeden düzenli bir ricata yani çekilmeye dönüştürüldü. Türk İmparatorluğu'nun bu dönemdeki yeni bir stratejisidir. Her bir birlik yanındakiyle hareket etse de kendi mevziini savunmakla mükelleftir.

Bunu sonuna kadar yapacaktır. Yanındaki çekilse de ona uymayacak, direnişe devam edecektir ve dolayısıyla bütün askeri teknik kuralların üstünde bir vatan müdafası, "Hatt-ı müdafaa yoktur, sath-ı müdafaa vardır; o sath, bütün vatandır" anlayışıyla savaşa devam edecektir.

16 Mart 1921 Moskova, 13 Ekim 1921 Kars Antlaşması'yla Doğu Cephesi'ni teminat altına alan Türkiye, 1920 Mayıs'ında da Fransızlarla bir ateşkes antlaşması yaparak Çukurova Cephesi'ni teminat altına almıştı.

Ama bir yandan Ankara'nın yakınlarına kadar çekilen ordu Büyük Millet Meclisi'nde bir muhalefete karşılaştı. Meclis hükümeti sisteminin bütün katılığıyla işlediği tek devrim ülkesi Anadolu topraklarıdır. Mustafa Kemal Paşa'nın komutan ve siyasi kişiliği bu noktada galip geldi. Meclis'ten tam yetkiyi aldı. Bazılarının istediği gibi Başkumandalık kaymakamı değil, kendini tam yetkili komutan tayin ettirdi.

BİR DEHA SAYESİNDE...

10 Temmuz-25 Temmuz arasında Kütahya ve Eskişehir yenilgisinden sonra bütün ordular Sakarya Irmağı'nın doğusuna çekilmişti. Ama dünyanın bozuk dengelerinin ortasında, yeni Türkiye stratejik yönden bir dehayla hayata doğmaktaydı. Sakarya Irmağı'nın doğusunda başlayan direniş 100 kilometre genişliğindeki cephede atılan toplan yer yer Ankara'dan duyulmasına bile sebep olmaktadır. 23 Ağustos ile 13 Eylül arası yani 21 gün süren savaş; 900 yıllık Türkiye tarihi açısından en kanlı ve en inatçı direniştir.

Anadolu'ya gelen Yunan ordusu herhangi bir istilacı orduya benzemiyordu. Silah üstünlüğü vardı, askeri yorgun değildi. Hem Marmara'dan hem de Ege'den ikmal yolları açıldı. Kahir ekseriyette olmasa bile geçtikleri yerde kendisini destekleyen Helen nüfus bulunuyordu.

Bu ordunun eski Helen dünyalarını kurtarmak ve kurmak gibi bir ideali de vardı ki ağır yenilgiyle bu rüyadan vazgeçeceklerdi. 'Megali İdea'nın 'Küçük Asya faciasına dönüşmesi modern Yunanistan tarihinin en çelişkili gelişmelerinden biriydi.

KRALIN KÖTÜ HAMLESİ

Sakarya Savaşı'ndaki stratejimiz, daha gevşek olan Yunan güney hattına gizlice yönelmekten ve kuvvetleri süratle yığmaktan geçiyordu. Sayıca tek üstünlüğümüz olan süvari kuvvetlerinin süratli ve ani hareketiyle iki tarafın inatçı savaşı çok kısa sürede Yunanlıların gerilemelerine neden oldu ama bu gerilemenin Eskişehir'in ötesinde Afyon hattında durduğu da bir gerçektir. Ordunun donanımı başlamıştı. Malzeme sıkıntısı içindeki Meclis hükümeti bu zaferle kendine geldi. İstanbul Hükümeti'nin azlettiği ve hakkınada idam fetvası verdiği Mustafa Kemal Paşa muzaffer ve güçlü komutan olarak Türkiye Büyük Millet Meclisi'nden gazi

unvanını ve müşirliği (mareşallığı) almıştı.

Yurtiçinde olduğu gibi bütün İslam dünyasında, İtilaf Devletleri ülkelerinde ve hatta Britanya'da da askerler ve diplomatlar arasında farklı değerlendirmelerin ortaya çıktığı açıktır. Sakarya Savaşı'nın başında Yunanistan'da hükümet değişmişti. 1920 sonunda Venizelos seçimleri kaybederek ülkeyi terk etmiş, Birinci Dünya Savaşı boyu Almancı olarak gözüken Kral Konstantin geri dönmüştü. Kral, Sakarya Savaşı'ndan evvel dönemin vahim bir hatasını tekrarladı.

Rus Çarı 2. Nikola, Cihan Harbi'nde nasıl üstüne vazife olmayan bir rol üstlenmiş, savaşı payitahtında ülkesini yönetmekle geçireceğine başkumandan olarak cepheye gidip ipin ucunu kaçırmışsa; Kral Konstantin de başkomutanlığı alarak İzmir'e gelmiştir. Profesyonel askerler son derece rahatsızdı. Kral döndü, bu sefer savunma hatları kuvvetlendirildi.

MİLLETİN MORALİ DÜZELMİŞTİ

Ankara hükümeti büyük bir sabır ve sert kanunlarla savunma tedbirleri aldı ve yeni bütçe uyguladı. Şurası açıktır ki milletin morali de düzelmişti.

Britanya kabinesinin Yunanistan'ı destekleyeceği ve Sevr'i dahi lehlerine düzenleyeceğini açıklaması yanında Yunan savaş bütçesini ve mühimmatını artırması, TBMM Hükümeti'nin direnme konusunda bütün dünyaya bir açıklama (adeta bir 'universal') vermesine neden oldu.

Silah bakımından hatta asker sayısı bakımından dahi Yunan ordusuna göre üstünlük yoktu, tek üstünlük yine süvari kuvvetleriydi.

BAŞKUMANDAN GİZLİCE AKHİSAR'A GEÇTİ

Savaş günü, Ankara'daki diplomatik çevrelerden ve gazetecilerden gizlendi. Başkumandan gizlice Akşehir'e intikal etti. Genelkurmay Başkanı Fevzi ÇAKMAK, Garp Cephesi Komutanı İsmet İNÖNÜ, Birinci Ordu Komutanı Nureddin, İkinci Ordu Komutanı Yakup ŞEVKİ Paşalardı. Dış dünyada müstahkem mevkiileri Türklerin bertaraf edeceğine inanılmıyordu. Fakat beklemedikleri oldu.

26 Ağustos erken saatte başlayan top atışını, arkadan bir hücum ve ilk aşamada güneyde Çalköy'de Yunan tümenlerinin önemli kısmının çembere alınması ve kuzeyde Eskişehir muntıkasındaki Yunan işgal kuvvetlerine hücum bunu izledi. Savaş ani saldırıyla başlamıştı, öyle de devam etti. 2 Eylül'de Başkumandan General Trikopis ve karargâhı Uşak'ta esir alındı, öncü kıtalar İzmir'e girdiler. Birinci Ordu Komutanı Nureddin Paşa'yı. 9 Eylül'de ise Gazi Mustafa Kemal Paşa ve kıtalar İzmir'e törenle girdi.

1526'nın 29 Ağustos'undaki Mohaç zaferi Avrupa tarihinin değiştiği bir olay, Türklerin imparatorluğunun zirve noktası olarak kabul edilebilir. Hemen hemen dört yüzyıl sonra 30 Ağustos 1922'deki Dumlupınar'daki Başkomutanlık Meydan Muharebesi'nde kazanılan zaferse, Türklerin Küçük Asya'daki anavatanlarını savunmalarının zaferidir.

Kaynakça:

İlber ORTAYLI, Hürriyet Gazetesi
<http://www.hurriyet.com.tr/ordular-ilk-hedefiniz-akdenizdir-emri-neden-cok-onemli-40211800>

GAZİLER GÜNÜ (19 EYLÜL)

“BAYRAKLARI BAYRAK YAPAN ÜSTÜNTEKİ KANDIR, TOPRAK, EĞER UĞRUNDA ÖLEN VARSA VATANDIR.”

demış Şair Mithat Cemal KUNTAY (1885-1956)
Cumhuriyetin on beşinci yıl dönümünde,

Bu toprakları vatan yapanlar, uğrunda kolundan, bacağından, gözünden vazgeçen hatta hayatını vererek şahadete kavuşan şanlı askerlerimiz Türk Milleti olarak sizlere minnettarız.

Savaşta ölenler şehit, sağ veya yaralı dönenler ise gazi unvanı ile onurlandırılmıştır. Türk Milleti için bu iki kavram çok önemlidir. Manevi rütbelerin en yükseğidir.

Dinimiz, vatan sevgisini “Vatan sevgisi, imandandır.” diyerek belirtmiştir. Asker ocağını Peygamber ocağı ile bir tutmuştur.

Her Türk anası oğlunu, şehitlik ve gazilik ninnileriyle büyütmüş, askere giderken de “Haydi oğlum, haydi git, ya gazi ol, ya şehit” diyerek kınalar yakıp uğurlamış, evladını vatanı için feda etmekten çekinmemiştir.

Vatanımızın ve milletimizin varlığının devamını, bayrağımızın göklerde dalgalanmasını, özgürlüğümüzün korunmasını ve milletçe namusumuzla, şerefimizle yaşamamızı gazi ve şehitlerimize borçluyuz. Bütün bunlardan dolayı onlara saygı ve sevgi anıyoruz.



Her yıl olduğu gibi bu yılda 19 Eylül Gaziler Günü'nde Ankara'da; Gazilerimizle birlikte Anıtkabir'de Ata'nın huzuruna çıkıldı.

19 Eylül 1921 tarihinde Türkiye Büyük Millet Meclisi, Mustafa Kemal'e mareşallik rütbesi ile gazilik unvanını vermiştir. Cumhuriyetimizin kuruluşundan günümüze kadar uzanan bu kutsal çizgide şehit ve gazilerimizin aziz hatıralarını anmak ve yüceltmek amacıyla 5 Eylül 2000 tarihinde, 19 Eylül gününün "Gaziler Günü" olarak kutlanmasına karar verilmiştir.

Gazilerimizin ruhsal ve bedensel rehabilitasyonu için Kadirşinas Türk Milletinin tamamıyla gönüllü bağışları ile Vakfımız tarafından inşa edilerek desteklenen ve Türk Milletinin minnet borcunun bir göstergesi olarak gazilerimize hediye edilen Ankara-Bilkent'te bulunan Gazi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Eğitim Araştırma Hastanesi'nde kutlama törenleri yapıldı.

Türk Milletinin şanlı tarihi; bizlere gurur veren, her zaman övündüğümüz eşsiz destanlar ve zaferlerle doludur. Bu zaferleri bize gazilerimiz ve şehitlerimiz yaşatmışlardır. Vatanımızı ve milletimizi, Türk devletinin bölünmez bütünlüğünü korumak için vatanın her karışına kanlarını akıtmışlardır. Savaşlarda destanlar yazarak tarihe altın harflerle geçmişlerdir.

Son olarak; 15 Temmuz 2016 tarihinde Türkiye'nin anayasal düzenle teminat altına alınmış demokratik kazanımlarını, milli birlik,

beraberlik ve bağımsızlığını ortadan kaldırmayı hedefleyen menfur silahlı darbe teşebbüsüne karşı Türk Milletinin Kahraman evlatları, meydanlarda, sokaklarda canları pahasına eşsiz bir destan yazmış ve istikbaline sahip çıkmıştır. O Kahramanlarda bu vatan uğruna şehit ve gazi olarak tarihe altın harflerle geçmişlerdir.

Şehit ve gazilerimizin hatıralarını yücelterek onlara sahip çıkmalıyız. Böylelikle ulusumuzun gönlünde hakkettikleri yeri alacaklardır. Bu davranış da Türk Milleti'nin vefa örneklerinin en yücesi olacaktır.



Ulus'ta Atatürk Anıtı önünde anma konuşmaları düzenlendi.



Ankara-Bilkent'te bulunan Gazi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Eğitim Araştırma Hastanesi'nde kutlama törenleri yapıldı.

TSK ELELE Vakfı Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezleri

“ TSK ELELE Vakfı; Vakıf Senedi'ndeki değişiklikle Haziran 2013'ten itibaren engelli çocuk ve yetişkinlerin eğitimi ile ilgili faaliyetlerine başlamıştır. Bu kapsamda Ankara'da 2, Diyarbakır'da 1 olmak üzere toplam 3 adet Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi'nde yaklaşık 500 öğrenciye eğitim vermektedir. Merkezlerimizde; 2 yaş üstü çocuklara verilen eğitimin yanında 18 yaş üstü yetişkin öğrencilerimiz için mesleki eğitim de verilmektedir. ”



TSK Elele Vakfı Güvercinlik Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi

Güvercinlik Jandarma Lojmanları bölgesinde 04 Aralık 2000 tarihinde özel firma tarafından iş- tilecek şekilde açılmış, 23 Eylül 2004 tarihinden itibaren yeni binasında faaliyet göstermeye, 26 Nisan 2005 tarihinden itibaren de TSK Sağlık Vakfına bağlanarak işletilmeye başlanmıştır. Sağlık Vakfı'nın 30 Haziran 2013 tarihinde kapanması ile Merkez TSK Elele Vakfı'na bağlanarak 1 Temmuz 2013 tarihinden itibaren vakıf bünyesinde faaliyetlerini sürdürmektedir.

Kurulduğu günden bugüne merkez; yaşlılarından farklı, yetersizliklere sahip, özel eğitime gereksinimi olan tüm çocuklara ve onların ailelerine hizmet vermektedir. Ayrıca öğrencilerimiz ile farklı eğitim ortamlarında bulunan öğretmenlerimiz için de özel eğitim destek hizmetleri sunmaktadır.

Merkez; Milli Eğitim Bakanlığı'nın müfredat programına göre ve Milli Eğitim Bakanlığı Talim Terbiye Kurulu Bakanlığı'nca onaylanmış;

- Zihin Engelliler Destek Eğitim Programı,
- Yaygın Gelişimsel Bozukluklar Destek Eğitim Programı,
- Özel Öğrenme Güçlüğü Destek



Eğitim Programı,

- İşitme Engelli Bireyler Destek Eğitim Programı,
- Bedensel Engelli Bireyler Destek Eğitim Programını uygulamaktadır.

Merkez; 6500 metre karelik bir alanda 8 alan mezunu Zihinsel Engelliler Öğretmeni, 2 Psikolog, 4 Fizyoterapist ve yardımcı personel ile 27 kişilik alanlarında uzman bir ekip ile öğrencilerimiz ve ailelerimiz için gerekli düzenlemeleri yaparak Özel Eğitim ve Rehabilitasyon hizmeti sunmaktadır.

Kurumda kayıtlı her öğrenci için gelişimsel özellikleri ve öğrenme özellikleri göz önüne alınarak bireyselleştirilmiş eğitim programları hazırlanır ve uygulanır. Program hazırlayıcıları ve uygulayıcıları üniversitelerin ilgili bölümlerinden mezun olan ve pek

çoğu yüksek lisansını yapan uzman personelden oluşmaktadır.

Ayrıca Milli Eğitim Bakanlığı'nın müfredat programında olmayan ancak engelli eğitiminde faydalı olduğu bilimsel olarak tespit edilen programlar (Küçük Adımlar, ETEÇOM, OÇİDEP, PECS, PARE, Atla Terapi, Oyun Terapi, Yüzme Eğitimi, Duyu Bütünleme Terapi, BOBATH) merkezimizde uygulanmaktadır. Biz TSK Elele Vakfı Güvercinlik Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi olarak;

- Çalışanlarının kişisel yeterliliklerini kullanabileceği güvenli bir çalışma ortamı sağlayarak,
- Öğrencilerin aldığı eğitimin kalitesini ve bireydeki gelişmeyi sürekli değerlendirerek,
- Öğrencilerin gereksinim duyduğu bilgi ve becerileri zamanında öğretmek ve öğretimi gerektiği kadar sürdürerek,
- Öğrenci ailelerine çocuklarının eğitimi, hak, sorumluluk ve hukuk konularında bilinçlendirerek,

Donanımımızı, birikimimizi ve tecrübelerimizi kullanarak en iyi şekilde özel eğitim hizmetlerini vermekteyiz.



TSK Elele Vakfı GATA Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi

TSK Elele Vakfı GATA Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi'nde verilen eğitim, 573 Sayılı Kanun Hükmündeki Kararname'de tanımlanan özel eğitime gereksinimi olan çocukları kapsamaktadır. Merkezde 12 özel eğitim öğretmeni, 6 fizyoterapist, 2 okul öncesi öğretmeni, 1 işitme engelliler öğretmeni, 1 psikolog ve 1 okul hemşiresi görev yapmaktadır.

TSK Elele Vakfı GATA Özel Eğitim Okulu ve Rehabilitasyon Merkezi; Engelli çocukların tedavi ve eğitimi için alınabilecek tedbirlerin incelenmesi üzerine 01 Temmuz 2001 tarihinde merkezin temeli atılarak, 06 Mart 2002 tarihinde hizmete açılmıştır. 01 Ağustos 2003 tarihine kadar özel bir firma tarafından sürdürülen eğitim çalışmaları; TSK Sağlık Vakfı'nın Senedinde yapılan değişikliğin tamamlanmasını müteakiben Vakıf Genel Müdürlüğünce devir alınmıştır. 30 Haziran 2013 tarihinde TSK Sağlık Vakfı'nın tasfiye edilmesiyle birlikte TSK Elele Vakfı tarafından işletilmeye başlanmış ve TSK Elele Vakfı Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi olarak faaliyetini sürdürmeye devam etmektedir.

TSK Elele Vakfı GATA Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi'nde verilen

eğitim, 573 Sayılı Kanun Hükmündeki Kararname'de tanımlanan özel eğitime gereksinimi olan çocukları kapsamaktadır. Merkezde eğitim 2 ana bölümde sürdürülmektedir.

A. Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi:

Bu bölümde, mevcut ruhsat ve dersliklere göre azami öğrenci kapasitesi 580 Öğrencidir.

Merkezde; Zihinsel Engelli Bireyler Destek Eğitim Programı (Bireysel-Grup), Yaygın Gelişimsel Bozukluklar Destek Eğitim programı (Bireysel-Grup), Bedensel Engelli Bireyler Destek Eğitim programı (Bireysel), İşitme Engelli Bireyler Destek Eğitim Programı (Bireysel-Grup), Özel Öğrenme Güçlüğü Destek Eğitim Programı (Bireysel) kapsamında rehabilitasyon hizmeti sunulmaktadır.

Merkezde Milli Eğitim Bakanlığı'nın onayladığı 5 temel program dışında; öğrencilerin ihtiyaçları doğrultusunda üniversitelerle iş birliği içinde yeni oluşturulan eğitim programları da uygulanmaktadır. Bu programlar: PECS (Resim Değiş-Tokuşuna Dayalı İletişim Sistemi), Küçük Adımlar, Etkinlik Çizelgeleri, OÇİDEP (Otistik Çocuklar İçin Davranışsal Eğitim Programı), PARE (Plansız Anı Resimleme Eğitimi), Duyu Terapi (Sensory İntegrasyon Therapy), Hipoterapi (Atla terapi), Hidroterapi ve Oyun Terapisi çalışmalarıdır.

Merkezde 12 özel eğitim öğretmeni, 6 fizyoterapist, 2 okul öncesi öğretmeni, 1 işitme engelliler öğretmeni, 1 psikolog ve 1 okul hemşiresi görev yapmaktadır.

B. İş Eğitim Bölümü:

15 yaş ve üstü engelli öğrencilerle İş-Eğitim bölümünde Mesleki



Rehabilitasyon ve İş-Uğraşı çalışmaları yapılmaktadır.

İş-Eğitim bölümü, 9 ayrı atölyede toplam 100 öğrenciye mesleki rehabilitasyon hizmeti verilebilecek kapasitededir. İş eğitim bölümünde Seramik, Beden eğitimi, El Sanatları, Giyim, Bilgisayar, Resim, Ebru, Tiyatro, Mutfak Sanatları atölyelerinde engelli bireylere mesleki eğitim, bağımsız yaşam ve toplumsal beceriler kazandırmak amaçlanmaktadır.

İş-Eğitim bölümünde beden eğitimi, el sanatları, giyim, resim, seramik branşlarında toplam 5 branş öğretmeni hizmet vermektedir.

OKUL-AİLE İŞBİRLİĞİ

Engelli öğrencilerin eğitiminde okul-aile iş birliğine azami özen gösterilerek, velilerle bireysel ve grup halinde aile eğitimleri sürekli olarak yapılmaktadır. Aile eğitimi çalışmalarında merkezin tüm dersliklerini kapsayan video kayıt sistemi kullanılmaktadır. Aileler çocuklarının eğitimlerini bu sistem aracılığıyla da takip edebilmektedirler.

Merkeze devam eden öğrencilerin okul, kreş ve anaokullarındaki eğitimlerini takip etmek amacıyla "kaynaştırma görüşmeleri" özel eğitim öğretmenleri tarafından sürdürülmektedir.

AR-GE çalışmalarıyla merkeze devam eden öğrencilerin aralıklı olarak ders kayıtları alınmakta, bilimsel çalışmalar hazırlanmakta ve aileler için bilgilendirme ve ilerleme toplantıları düzenlenmektedir.

2004-2016 yılları arasında Merkez ulusal ve uluslar arası bir çok kongre ve sempozyumda toplam 75 bilimsel çalışmayı özel eğitim ve fizyoterapi alanına kazandırmıştır.

Psikolojik Danışma Birimi'nde engelli bireyler ve ailelerine yönelik psikolojik



destek ve danışmanlık hizmeti sunulmaktadır. Ailelere, engelli öğrencilere ve engelli öğrencilerin kardeşlerine psikolojik destek çalışmaları yapılmaktadır.

TSK Elele Vakfı Özel Eğitim Okulu ve Rehabilitasyon Merkezi Gazi Üniversitesi, Hacettepe Üniversitesi ve Başkent Üniversitesi öğrencilerine staj imkânı sağlamaktadır. Ayrıca Kız meslek liselerinin özel eğitim bölümü

öğrencileri için de 1 yıllık staj çalışmalarını sürdürmektedir.

TSK Elele Vakfı Özel Eğitim Okulu ve Rehabilitasyon Merkezi; gerek bilimsel çalışmaları, gerek binaların fiziki şartları ve gerekse profesyonel, alanında uzman eğitim kadrosu ile uyguladığı sistemli eğitim programlarıyla şu anda özel eğitim alanında Türkiye'de örnek bir eğitim kurumu haline gelmiştir.



Otizmli Çocuk Sahibi Olmanın Getirdikleri, Götürdükleri

Ailede engelli bir çocuğun doğumu, aile üyelerinin yaşamlarını, duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını olumsuz yönde etkileyen bir durumdur. Birde bu durum iki yıl sonra öğrenilir ve OTİZM denen farklılığın olduğu ve bilinmeyen sıkıntılarla dolu bir yaşamın başlaması olursa şok iki kat artar.



Telat TÜRELİ
Otizmli Çocuklar Farkındalık
Derneği Başkanı
ve Otizmli Çocuk Babası

Cocuk sahibi olmak kuşkusuz en keyifli duygu, ancak daha sonra bu durum boyut değiştirmeye başlar, şüpheler, arayışlar ve otizm gerçeği öğrenilirse, çok sevdiğiniz, çok keyif duyduğunuz anlar neye dönüşür, yazamayacağım. Kişiye göre değişir diyeceğim fakat diyemiyorum çünkü hepimizin aynı duygular içerisinde olduğumuzu düşünüyorum. Çocuk sevgisi bambaşka, fakat bu çocuk otizm'li ise, soru işaretleri ve yorumlar başlıyor. Sevginin azaldığını düşünemiyorum ancak sıkıntılı kâbusa dönüşen bir yaşam, bitmeyen geceler, gündüzler, araba gezintileri, bitmeyen esaret, bağımlılık, çaresizlik, çözüm arayışı daha daha hepsi bir arada.

Bir aile için en zor ve en stresli anlardan biri, çocuklarının otizmli olduklarını ilk öğrendikleri zamandır. Otizm'li bir çocukla yaşamak tüm aile için son derece streslidir. Ailelerin dikkatinin çoğu otistik çocuğa yöneldiği için kardeşler bazen önemsenmediklerini hissedebilir. Otistik çocukları olan ailelerde boşanmalar son derece yaygındır. Ayrıca akrabalar ve yakın arkadaşlar süratle uzaklaşır. Ailede engelli bir çocuğun doğumu, aile üyelerinin yaşamlarını, duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını olumsuz yönde etkileyen bir durumdur. Birde bu durum iki yıl sonra öğrenilir ve OTİZM denen farklılığın olduğu ve bilinmeyen sıkıntılarla dolu bir yaşamın başlaması olursa şok iki kat artar.

Otistik çocuğu olan aileler için en önemli soru, kendilerini nelerin beklediği ve çocuklarının ileride nasıl olacağıdır. Otistik çocuğu olan aileler, kronik stres, kaygı, bozuk aile ve evlilik ilişkileri, kırgınlık, üzüntü, suçluluk, korku ve utanma gibi duygular sonucunda neredeyse tüm yaşam biçimini zorlayıcı etkileri olabilen bir durum yaşamakta-

dırlar. Anne babaların bu duyguları yaşamları, kendilerine saygılarını yitirmelerine ve depresyona neden olabilmektedir. Ağır engelli düzeydeki otistik çocukların ailelerinin kısıtlı eğitim olanaklarından dolayı daha fazla stres yaşadıkları yetkililerce tam olarak bilinmemektedir.

Bir otistik çocuk ebeveyni çocuklarını halka açık yerlere götürdüklerinde reddedilmeyi yaşarlar. İnsanların bakışlarından, fısıltılarından rahatsızlık duyarlar. Kendilerinden kaçınan veya rahatsız olan, istemedikleri halde önerilerde bulunan anlayışsız kişilerden dolayı gittikçe kendilerini izole ederler. Gittikçe aile otistik çocuğu ile ya da o olmadan bile daha az dışarı çıkarak sosyal tepkinin getirdiği acıdan kaçmış olur.

Arkadaşlar siz öyle yapmayın, Konumuz Otizm, hayatın sonu değil fakat bitmeyen üzüntü ve sonunda öğrenilmiş çaresizlik. İdeallerimizden kopup sıradan hayatlara nasıl razı olduğumuzun veya razı olmaya zorlandığımızın resmidir. Atalet psikolojisi içinde kıvranıp duruşumuz, el freni çekilmiş halde ilerlemeye çalışan otomobil gibi. Ne yaparsak yapalım el frenini indiremiyoruz, sadece biraz daha fazla gayret edip biraz ilerler gibi yapıyoruz, el freni çekilmiş olduğu için çabuk yoruluyoruz. İnat edenlerimiz gayrete devam ediyor ve el frenini indirerek yola devam ediyor. Kaçış yok sevdiğiniz çocuğunuz sizinle beraber çünkü o şekildeki hayatı o da seçmedi onun da başına geldi.

Biz otizmin etkilerini ortadan kaldırmakta zorlanıyorsak, anne baba olarak yapacağımız alternatifsiz tek yöntem var, ne mi? Hepiniz biliyorsunuz, akıllı telefon-



larnızı ve bilgisayarlarınızı nasıl ara sıra güncelliyorsanız, işte onun gibi kendinizi de ara sıra güncelleyecek ve çocuğunuzun gelişimi ve hep beraber huzurunuz için yöntemler bulacaksınız.

Her sabah dünya yeniden kurulur. Her sabah şartlar yeniden oluşur. Her gece kader ihtimalleri yeniden düzenler. Dünyanın yapılabilecek bu gün yapılabilecek hale gelebilir. Bugün mümkün olan yarın olmayaabilir. Her gün yeniden ihtimallere yoklama çekmek gerekir. Denediğiniz zaman kazanabilir ya da kaybedebilirsiniz, ama denemediğinizde hükmen yenik sayılırsınız. Buna literatürde piyango kuralı denir. Piyango bileti aldığınızda büyük ikramiye size çıkabilir ya da çıkmayabilir, ama bilet almadığınızda kesinlikle size çıkmaz. Benim rahmetli annem her defasında piyango büyük ikramiyesinin kendisine çıkmadığını çıkar sa bize neler yapacağını anlatırdı, ve biz de her defasında ona bilet aldın mı? diye sorardık o da almadım derdi. Anneme hiç piyango ikramiyesi çıkmadı çünkü hiç bilet almamıştı.

Başarı türlerinin büyük çoğunluğu özel yetenek değil, tutkulu çaba, sistematik akıl ve istikrarlı gayret üzerine kuruludur. Bizler de yöntem aramaya devam eder, bilimsel çalışmalara kulak verir ve uygularsak kazanma ihtimalimizi arttırabiliriz.

**EĞER PES ETMEK ÜZEREYSEN,
NEDEN BAŞLADIĞINI DÜŞÜN.**



Hematopoetik Kök Hücre Nakli ve Kök Hücre Vericisi Olmanın Önemi

“ Hayatı tehdit eden hastalığı olan, çeşitli kemoterapi, cerrahi, ışın tedavisi veya kan transfüzyonlarına rağmen kök hücre nakli dışında çaresi olmayan binlerce hasta için umut kaynağı olmak bir vatandaşlık görevi olduğu kadar temel bir insanlık bir görevidir. ”



Doç. ORHAN GÜRSEL
Gülhane Eğitim ve
Araştırma Hastanesi
Çocuk Hematolojisi BD

Vücudumuzda kemik iliğinde temel olarak üç tip hücre üretilir. Birincisi, organ ve dokularımızın yaşamı için gerekli oksijeni kanda taşıyan alyuvarlardır (eritrositler). İkinci tip hücre vücudumuzu enfeksiyonlardan koruyan akyuvarlardır (lökositler). Üçüncü tip hücre ise herhangi bir kanama olması durumunda kanımızın pıhtılaşmasını sağlayan kan pulcuklarıdır (trombositler). Bu üç hücre tipinden birisinde tedavisi mümkün olmayan hastalık olması durumunda insan hayatı sonlanabilmektedir. Bu üç hücre tipinin ana kaynağı kemik iliğinde bulunan kan kök hücrelerdir. Uygun bir kök hücre bağışçısından kök hücre nakli ile hayatı tehdit eden kemik iliği hastalıklarının tedavisi mümkün olabilmektedir.

Kök hücre nakli tedavisi, tüm dünyada yılda ortalama 50.000 hastaya yapılmakta olup bu sayı her yıl giderek artmaktadır. Dünyada ilk başarılı kök hücre nakli tek yumurta ikizinden 1959 yılında yapılmıştır (1). Türkiye’de ilk erişkin kök hücre nakli, 1984 yılında Gülhane Askeri Tıp Akademisi Kök Hücre Transplantasyon Ünitesi’nde Prof. Tbp. Alb. Önder BERK ve arkadaşları tarafından yapılmıştır. Çocuk hastada yapılan ilk kök hücre nakli ise, 1988 yılında Gülhane Askeri Tıp Akademisi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Pediatrik Kök Hücre Transplantasyon Ünitesi’nde Prof. Tbp. Tuğğ. Şakir TANINDI tarafından gerçekleştirilmiştir (2).

Kök hücre nakli, doğuştan ve sonradan oluşan birçok hastalık için tam tedavi edici bir yöntemdir. Günümüzde kök hücre tedavisi yapılarak başarı ile tedavisi mümkün olan hastalıkların listesi Tablo 1’de sunulmuştur. Lösemi (kan kanseri) ve lenfoma (lenf kanseri) gibi kanser hastalıklarında veya iyi huylu (benign) ancak tedavi edilmediği takdirde ölümle sonuçlanacak olan birçok

hastalığın tedavisinde kök hücre nakli hastaların yaklaşık olarak % 80’inde hayat kurtarıcı bir yöntemdir. Lösemi ve lenfoma gibi kötü huylu hastalıkları olan hastaların çoğu, kök hücre nakli yapılacak aşamaya gelinceye kadar fiziksel ve psikolojik olarak uzun bir hastalık süresi geçirirler. Her lösemi veya organ kanseri olan çocuğa kök nakli yapılmaz. Kemoterapi, cerrahi ve/veya ışın tedavisi, mevcut hastalığın iyileşmesine yetmediği durumlarda kök hücre nakli söz konusu olmaktadır. Uzun bir tedavi sonrası mevcut tedavilerle iyileşmeyen veya iyileşse bile hastalığı tekrarlayan hastalarda başvurulacak tedavi yöntemi uygun vericiden kök hücre naklidir. Ayrıca bu tür hastalıklarda zamanla bir yarış da söz konusudur. Mevcut hastalıktan hastayı kaybetmeden zamanında uygun verici bulmak hayati önem kazanır (3).

Kök hücre naklinin başarılı olmasının ilk koşulu doku grubu uygun sağlıklı vericinin olmasıdır. Bilinen on majör doku grubu yanı sıra yüzlerce minör doku grubu mevcuttur. Bu da doku gruplarının tam uygun olması için milyonlarca kombinasyon demektir. Uygun kök hücre vericisi ilk önce anne, baba, kardeş ve diğer aile bireyleri arasında aranır. İdeal olan bu vericinin aile içinden olması, böylece kök hücre nakli işleminin olası yan etkilerinin en aza indirilmesi ve başarı şansının da artırılmasıdır (4). Ancak doku tipi uygun kardeş verici bulma olasılığı sadece % 25’tir. Anne veya babadan uygun verici bulma olasılığı ise ortalama % 1’dir. Geriye kalan % 70-75 hastaya doku tipi uygun akraba verici bulunamamakta ve akraba olmayan gönüllü vericilerden kök hücre bulunamadığında ise maalesef bu hastalar kaybedilebilmektedir.

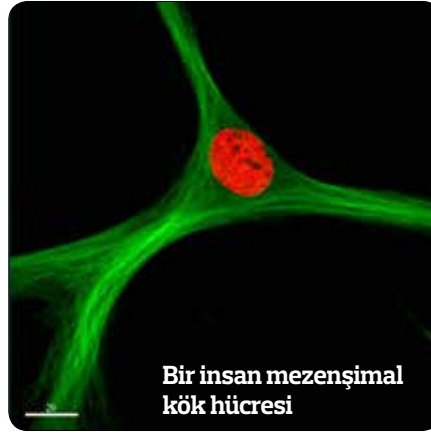
Bu hayatı tehdit eden durum karşısında, son yıllarda başta Avrupa olmak üzere tüm gelişmiş ülkelerde kök hücre tedavisi gereken hastalara yardımcı olabilmek ve aile dışı uygun verici bulabilmek amacıyla, akrabalık ilişkisi olmayan insanların gönüllülük esasına dayalı olarak kan bağışında bulundukları

kök hücre bankaları oluşturulmuştur. Bu kök hücre bankacılığı sayesinde aile içi uygun verici bulunamayan çoğu hasta için bir umut kaynağı olmuş ve bu yolla birçok hasta hayatta kalmayı başarmıştır. Gelişmiş ülkelerde aile içi uygun vericisi olmayan ve kök hücre nakli tedavisi gereken hastalar için bu kök hücre bankaları sayesinde, akraba dışı verici bulunma süresi ortalama bir ay civarındadır (5). Ancak ülkemizde gelişmiş bir kök hücre bankasının olmaması nedeniyle uygun verici adayı yurtdışında aranmakta, uygun akraba dışı verici bulma süresi 6-12 ay arasında olmakta ve bu nedenle acil tedavi olması gereken hastalar kaybedilebilmektedir. Ancak 2014 yılında T.C. Sağlık Bakanlığı bünyesinde kurulan Türkiye Kök Hücre Koordinasyon Merkezi (TÜRKÖK), uygun aile içi verici bulunmayan hastalar için umut kaynağı olmuştur. TÜRKÖK kısa sürede 120.000 gönüllü kök hücre bağışçısı rakamına ulaşmıştır ve bu sayı gün geçtikçe artmaktadır. Bu projenin ülkemizde kök hücre nakli bekleyen hastaların tamamına yetebilmesi için gönüllü sayısının 500.000 rakamına ulaşması gerekmektedir. Türk ulusu olarak genetik benzerlikten dolayı kendi vatandaşlarımızla doku grubu uygunluk oranımız, diğer ülke gönüllü vericilerine oranla çok daha yüksektir. Gönüllü kök hücre vericisi olmak, ülke içindeki hastalar ile doku grubumuzun uymaması halinde dünyanın herhangi bir yerinde bulunan ve umutla uygun verici bekleyen bir hastaya da yardım etme şansını vermektedir. Gönüllü kök hücre vericisi olmak ayrıca, yurtdışı kök hücre bankalarına olan bağımlılığımızı ve kök hücre naklinin ülkemize olan maliyeti azaltmaktadır. Gönüllü kök hücre vericisi olmakla Türkiye içindeki hasta vatandaşlarımıza çok kısa sürede uygun verici bulma şansını vererek acil nakil olması gereken hastalarımızın hayatta kalmaları sağlanmaktadır.

Gönüllü kök hücre vericilerinin Türkiye’nin 12 bölgesinde bulunan ve Türk Kızılay’ı ile ortak çalışan Gönüllü Verici Merkezine başvurması yeterlidir. Bu merkezlerin adres ve telefonları

Tablo 2' de sunulmuştur (6). Bağışçı olmak isteyen kişi 18-50 yaş aralığında ve sağlıklı bir kişi olmalıdır. (Hepatit B, Hepatit C ve Sifilis hastalığı geçirmemiş olan, kronik hastalığı bulunmayan, kanser, AIDS tanısı almamış olan kişiler). Gönüllü verici olmak için kan grubu uygunluğu mutlak şart değildir. Başvuru sonrası ilgili merkezde bilgilendirme görüşmesi yapılır. Eğer kök hücre vericisi olmayı kabul ederseniz, Gönüllü Kök Hücre Bağışçısı Bilgilendirme ve Onam Formunu doldurup imzalayarak bu bağışı resmi olarak onaylamanız sizden istenir ve ardından 3 tüp kan örneği alınır. Türk Kızılay'ı tarafından kan örnekleriniz HIV, Hepatit ve Sifilis gibi enfeksiyon hastalıkları açısından test edilir. Bu hastalıkların varlığı tespit edilir ise bağışçı olamazsınız ve bu konuda bilgilendirilirsiniz. Eğer enfeksiyöz hastalıklar açısından test sonucunuz negatif ise kan örneğiniz HLA (insan lökosit antijeni) doku tipinizin belirlenmesi için TÜRKÖK Doku Tiplendirme Laboratuvarı'na gönderilir ve test sonuçları Kemik İliği Bankası'na aktarılır. Bu işlemlerden sonra bir hasta için, en iyi eşleşme olan bağışçı adayı olduğunuz TÜRKÖK taramalarında tespit edilirse, koordinasyonu sağlayacak olan Türk Kızılay'ı yetkilisi tarafından sizinle bir görüşme gerçekleştirilir. Görüşme sonrası doku uyumunuzun yeniden değerlendirilmesi için sizden yeni kan örnekleri alınır ve TÜRKÖK Doku Tiplendirme Laboratuvarı'na gönderilir. Bu testler sonucunda da uygun verici olduğunuz tespit edilirse kök hücre vermek için gerekli muayene ve tetkikler yapılır. Kök hücre vermek için size sunulan birkaç alternatif zaman aralığından size uygun olanı seçmek tamamen gönüllü vericiye bırakılır (6).

Kök hücre verme işlemi ya damardan ya da ameliyathanede kemik iliğinden yapılmaktadır. Eğer damardan kök hücre vermeyi tercih ederseniz 4-5 gün koldan yapılan ve kök hücrelerin kemik iliğinden damara geçmesini sağlayan bir iğne sonrası bir makine yardımıyla sizin damarınızdan kök hücre birkaç saat içinde toplanır ve hastaya damardan verilir. Bu işlem esnasında ciddi bir ağrı olmaz ve gazete okuyup televizyon izleyebilirsiniz. Eğer bu işlem size korkutucu gelir ve işlem esnasında uyumak isterseniz o zaman iğneler yapılmaz, ameliyathane şartlarında bir saatlik işlemle kalça kemiğinizdeki kemik iliğinden toplanan kan yine zaman kaybetmeden hastaya damar yoluyla verilir. Her iki işlem sonrasında da sizden alınan kan, günlük faaliyetlerinizi asla etkileme-



yecek düzeyde olur. İşlemi izleyen bir sonraki gün işinize ve günlük yaşama dönebilirsiniz (7). Kimlik bilgileriniz TÜRKÖK tarafından titizlikle korunur, hiçbir kimse veya kurumla kesinlikle paylaşılmaz. Eğer siz isterseniz bağış yaptığınız hasta ile nakil sonrası ilk yılda kimlik ve adresinizi paylaşmadan TÜRKÖK aracılığıyla mektupla veya ikinci yıldan sonra her iki tarafın rızası ile direkt görüşme yapabilirsiniz. Tüm bu prosedürler gönüllü vericiyi korumak içindir (6).

Gönüllü verici bu hazırlıkları yaparken nakil yapılacak hasta, kök hücre nakli yapılmadan önce hastanenin nakil ünitesine yatırılır. Burada hastanın hastalıklı kemik iliğini ortadan kaldırmak ve sağlıklı vericiden gelecek olan sağlam kemik iliğine yer açmak için yüksek dozda kemoterapi ve/veya tüm vücuduna ışınlama uygulanır. Uygulanan tedaviler sonucunda hastanın bağışıklık sistemi son derece zayıf olduğu için hazırlıklar bir izolasyon ünitesinde yani mikroplardan arındırılmış bir ortamda yürütülür. Hazırlık tedavisi hastaya verildikten sonra gönüllü vericiden toplanan ve kök hücre içeren kan, hastaya damar yoluyla verilir. Sağlıklı kök hücreler, damardan verildikten sonra hastalıktan temizlenen kemik iliğine yerleşir ve sağlıklı kök hücreler, sağlıklı kan hücreleri üretmeye başlarlar. Böylece hastanın iyileşmesi sağlanır. Birçok hasta kök hücrenin verildiği bu günü yeni doğum günü kabul ederek kutlar (7).

Gönüllü verici olarak kayıt edilmiş olsa bile hiç kimse kök hücre bağışlaması konusunda zorlanamaz. Uygunluk belirlendikten sonra vericinin fikir değiştirmesi hastada büyük bir heyecan, panik ve üzüntüye yol açar. Tabii ki hastanın başka verici bulunamaması nedeniyle tedavisinin sürdürülememesi ve hayatını kaybetmesi olasılığı da vardır. Bu nedenle baştan doku tiplendirilmesi amacıyla kan örneği verirken ilerde vazgeçme

olasılığınız yüksekse, son derece zor temin edilen ülke kaynakların heba etmemek ve hastaların umudunu tüketmemek için iyi düşünerek gönüllü verici olunmalıdır.

Hayatı tehdit eden hastalığı olan, çeşitli kemoterapi, cerrahi, ışın tedavisi veya kan transfüzyonlarına rağmen kök hücre nakli dışında çaresi olmayan binlerce hasta için umut kaynağı olmak bir vatandaşlık görevi olduğu kadar temel bir insanlık bir görevidir.

Tablo 1: Kök Hücre Tedavisi Başarı İle Yapılabilen Hastalıkların Listesi

Hastalık Listesi
Lösemi
Lenfoma
Doğuştan bağışıklık sistemi hastalıkları (Ağır Kombine İmmün Yetmezlik, WAS vb.)
Organ kanserleri (Ewing sarkomu, Nöroblastom, Wilms tümörü vb.)
Kalıtsal ağır kansızlık yapan hastalıklar (Talasemi majör, Orak Hücreli anemi vb.)
Kalıtsal Metabolik hastalıklar (Osteopetrozis, Hurler sendromu, Adrenolökodistrofi vb.)
Kemik iliği yetmezlikleri (Doğuştan veya edinsel)

Kaynakça

1. Thomas ED, Lochte jr HL, Cannon JH, Sahler OD, Ferrebee JW. Supralethal whole body irradiation and isologous marrow in man. J Clin Invest 1959;38:1709-16
2. Arpacı F. Türkiye'de kemik iliği transplantasyonunun tarihçesi. Türkiye Klinikleri Dahili Tıp Bilimleri Dergisi 2006; 2 (19): 1-3.
3. Akpek G. Allojenik Kök Hücre Nakli Kararı Öncesinde Değerlendirilmesi Gereken Hususlar. Türk Hematoloji Derneği HematoLog Kemik İliği Transplantasyon Sayısı. 2011; 1-13.
4. Beksaç M. HLA Doku Gruplarının Değerlendirilmesindeki Ana Özellikler, Akraba Dışı Verici Taraması ve Uygun Verici Seçiminde Uyumlası Gereken Hususlar Türk Hematoloji Derneği HematoLog Kemik İliği Transplantasyon Sayısı. 2011; 22-32.
5. Bothur S. DKMS Alman Kemik İliği Bankası Hasta Bilgilendirme Klavuzu https://www.dkms.de/sites/dkms.de/files/tuerkische_spenderbroschuere.pdf
6. Türk Kızılayı Kan Hizmetleri Genel Müdürlüğü TÜRKÖK projesi <http://www.kanver.org/sayfa/kan-hizmetleri/kok-hucre-bagisi/53>
7. Anak S, Aydoğan G, Çetin M, İrken M, Kemahlı S, Öztürk G, Yeşilipek MA. (2011) Pediatrik Hematoloji (TPHD). İstanbul: İstanbul Kitabevi.

Down Sendromu

“Down sendromlu bir çocuk dünyaya geldiğinde anne ve babalar hayatları da pek çok şeyin değiştiğini düşünürler. Nereden başlamaları gerektiğini bilemezler. Başlangıç noktalarından biri de eğer ciddi sağlık problemleri yoksa bebek 2 aylık olduğunda rehabilitasyon programıdır.”



Müge ERÇETİN

TSK Elele Vakfı GATA Özel Eğitim
Rehabilitasyon Merkezi
Baş Fizyoterapist

Down Sendromu çocuğunuzun vücudundaki hücrelerin 46 yerine fazladan bir kromozoma, yani 47 kromozoma sahip olmasıdır. Down Sendromu bir hastalık değil genetik bir farklılıktır. Her 800 ile 1000 doğumda 1 oranında rastlanır. Türkiye’de yaklaşık 100.000 DS’lu kişi olduğu tahmin edilmektedir. Tüm dünyada 6 milyonun üzerinde Down Sendromlu birey yaşamaktadır.

Down sendromunun nedenleri konusunda çeşitli görüşler bulunmaktadır. Annenin yaşı, hamilelik sırasında radyasyona maruz kalma, alkol, ilaç, uyuşturucu kullanımı gibi nedenler belirtilen ihtimallerdir. İstatistikler anne yaşının artışıyla bu oranın yükseldiğini göstermiştir, diğer etkenlerin payı küçüktür.

Down Sendromu ilk kez İngiliz hekim John Langdon Down tarafından 1866’da sistematik bir şekilde sınıflandırılmış ve sendrom olarak tanımlanmıştır. Sendrom, doktorun ismi olan “**Down Sendromu**” olarak söylenmeye başlamıştır. 1959’da Jérôme Lejeune tarafından 21. kromozomun trizomisi olduğu tanımlanmıştır.

Down Sendromu’nda yüz yuvarlak ve basık, ense kısa ve geniş, burun köprüsü yassı, kulaklar küçük ve üst kısmı kıvrık, gözler çekik ve birbirinden ayırık, ağız küçük, parmaklar kısa ve tombuldur. Down sendromuna eşlik eden bazı hastalıklar vardır.

- Doğumsal kalp hastalıkları
- Troid hastalıkları
- Bağışıklık sistemi yetmezliği
- Artmış Lösemi oranı
- Üst solunum yolu enfeksiyonları başta olmak üzere çeşitli enfeksiyonlar
- Mide ve bağırsak sorunları
- Göz ve kulak hastalıkları
- Kalıcı dişlerde şekil bozuklukları

Gebelik döneminde yapılacak üçlü tarama testi, ikili tarama testi, ultrasonografi ve diğer testler sayesinde Down

Sendromu teşhis edilebilir. Şüpheli durumlarda ileri tetkikler yapılabilir. Amniyosentez ve CVS ile kesin teşhis yapılır.

Down sendromunun 4 tipi vardır:

1-Serbest Trizomi 21 : En fazla rastlanan tiptir. Tüm Down sendromu olaylarının yaklaşık % 95 kadarı bu tiptir. Down sendromunun tüm bulguları vardır. Kromozom sayısı 47 tanedir. Annenin yaşının ileri olması ile daha fazla ilgilidir. Babanın yaşının ellinin üzerinde olması da bu tipte ön plandadır.

2-Translokasyon trizomi 21 : % 4-5 oranında rastlanır. Kromozom sayısı 46 olarak saptansa da fazla olan kromozom kaybolmamış, başka bir kromozomla birleşmiştir. Ailede % 25 oranında bir kromozom translokasyonu olabilir. Bu çocuklarda serbest Trizomi 21 gibi Down sendromunun tüm bulgularına rastlanır.

3-Mozaik trizomi 21 : Tüm Down sendromu olguları içinde yaklaşık % 1- 2 oranında rastlanmaktadır. Etkilenen bireylerin bazı hücrelerinde 46, bazılarında ise 47 kromozom vardır. Bulgular hücrelerin etkilenmesine göre farklılıklar gösterebilir.

4-Trizomi 18 (Edwards sendromu): Her 1000 canlı doğumda 0,3 oranında görülme sıklığı ile Trizomi 21’den sonra en sık rastlanan kromozom anomalisidir. İleri anne yaşı en önemli risk faktörü olmakla birlikte daha genç anne adaylarında da görülebilmektedir. Ciddi psikomotor ve bir çok sistemi ilgilendiren konjenital anomaliler içerir. Bu anomalinin rastlandığı gebeliklerin % 95’i daha doğum aşamasına gelmeden bebeğin ölümü ile sonuçlanırken, doğan çocukların da %5 ile %10’u bir

yılın üzerinde yaşayabilmektedirler.

Down sendromlu çocuklarda merkezi sinir sistemindeki sorunlar dışında motor gelişimi etkileyen iki önemli belirti vardır. Birincisi düşük kas tonusu (kasların istirahat gerilimleri düşüktür, yumuşak hissedilir), ikincisi eklem bağlarındaki gevşeklilik (hipermobilite, eklem hareketi normal sınırının ötesine geçer). Bu iki özellik genetik olarak belirlenmiştir ve Down sendromlu çocuklarda farklı derecelerde bulunur. Yerçekimine karşı hareketleri başlatma ve sürdürme zorluğu vardır. Oturma, emekleme, yürüme gibi gelişim basamaklarına daha geç ulaşırlar. Ayrıca kalp problemleri, beslenme ve sindirim sistemindeki bazı sorunlar, geçirilen ameliyatlar da yavaş gelişmeye neden olur. Ellerin kullanımı ve el-göz koordinasyonu gibi ince motor gelişimine ek olarak yemek yeme ve konuşma gibi fonksiyonları da etkilenmiştir.

Down sendromlu çocuklar mutlaka yürürler. Az sayıda çocuk normal gelişim hızını yakalayabilir. Ancak büyük çoğunluk yavaş gelişir, gelişimleri sırasında karakteristik kompanse duruş ve hareketler geliştirirler. Bunlar bu sendroma özgü bir şekilde vücudu kullanma biçimidir. Otururken tonus azlığına bağlı olarak yığılma, geniş bir yüzeyde oturma ve ellerle dayanma, bacakları çok açarak pozisyon değiştirme, ayakta dururken dizlerin aşırı kilitlenmesi, küçük adımlar ile bacakları çok açarak yürüme sıklıkla görülür. Hareketler sınırlıdır, denge ve korunma reaksiyonları zayıftır.

Down sendromlu bir çocuk dünyaya geldiğinde anne ve babalar hayatları da pek çok şeyin değiştiğini düşünürler. Nereden başlamaları gerektiğini bilemezler. Başlangıç noktalarından biri de eğer ciddi sağlık problemleri yoksa bebek 2 aylık olduğunda rehabilitasyon programıdır. Çok erken olduğu düşünülebilir, ancak bebeği erken dönemde takip etmeye başlamak önemlidir. Erken dönemdeki takip ile çocuğun ihtiyaçlarına göre düzenlenen fizik tedavi programları çocuğun motor ve sosyal gelişimlerini hızlandırır.



Çocuğunuz Okula Gitmeyi Red mi Ediyor?



Okul reddi ile karşılaşıldığında, çocuğu kaygılandıran ve rahatsız eden sorunun kaynağı dikkatlice araştırılmalıdır. Çocuğun kendisini endişelendiren durum hakkında konuşmasına fırsat vermek, sorunun nedenlerini anlamaya çalışmak doğru çözümü bulmak için gereklidir.



Dr. Dilruba TÜRELİ
Tokat - Zile
Devlet Hastanesi

Okul reddi, çocukların anksiyete ve depresyon gibi duygusal sorunlar nedeni ile okula devam edememesi, okula gitmeyi ya da okulda kalmayı reddetme davranışı olarak tanımlanır.

Okul reddinin yaygınlığı tüm okul çağındaki çocuklar için yaklaşık % 1 ve kliniğe başvuran tüm çocuklar için % 5 olarak bilinmektedir. Erkek ve kız çocuklarda eşit oranda görülmekte ve okul hayatının herhangi bir döneminde ortaya çıkabilmektedir. Her düzeyden gelire sahip ailelerde görülebilmektedir.

Yaygın kullanımın aksine okul reddi ve okul fobisi eş anlamlı değildir. Bununla birlikte okul fobisi, okul reddinin nedenlerinden biri olarak görülmektedir. Okul fobisi, Uluslar arası alanda kabul edilen, ruhsal bozuklukların tanısında kullanılan kriterler kitabına göre özgül fobiler sınıfı içinde yer almakta ve çocuğun ebeveyninden ayrılma korkusu olarak değil özgül olarak okul ortamından korkma olarak tanımlanmaktadır.

Yapılan bir araştırma ile, çocuklarda okul reddinde, okuldan kaçmaktan farklı bazı özellikler belirlenmiştir. Bunlar;

1. Uzun süre okul devamsızlığıyla sonuçlanan okula gitmede ciddi zorluk,
2. Okula gitme zamanı geldiğinde, çocuktan okula gitmesi istediğinde, aşırı korku, öfke patlamaları ve mutsuzluk gibi belirtileri olan şiddetli duygusal sorunlar ya da duygusal bir temeli olduğu düşünülen fiziksel hastalık yakınmaları ortaya çıkarma,
3. Okul zamanında ebeveyn ya da diğer aile bireylerinin bilgisi dâhilinde evde kalma,
4. Şiddetli anti-sosyal davranış/davranım bozukluğunun olmamasıdır.

Okul reddi oluşumunda çeşitli tetikleyici etmenler rol oynamakta-

dır. Bu etmenler çocuk, okul ya da aile kaynaklı olabilir. Çocukla ilişkili durumlara örnek olarak geçirdiği bir kaza, hastalık veya bir ameliyat gösterilebilir. Okul ya da sınıf değişikliği, ilkokuldan ortaokula, ortaokuldan liseye geçişler, okuldaki bir arkadaşını kaybetmesi, okuldaki diğer çocuklarla yaşanan güçlükler kavgalar ya da öğretmeni tarafından fiziksel ya da ruhsal olarak hırpalanması okulla ilişkili etmenler arasındadır. Aile bireylerinden birinin hastalığı veya kaybı, anne-baba tarafından çocuğa fiziksel şiddet uygulanması veya boşanma okul reddinin gelişmesini tetikleyebilen ailesel etmenler arasındadır.

Eğer çocuğunuz;

1. Bilinen bir hastalığa bağlı olma-yan baş ağrısı, baş dönmesi, kusma, ishal, aşırı yorgunluk durumları tarifliyor ve özellikle bu belirtiler sabahları ya da ondan okula gitmesi istendiğinde ortaya çıkıyorsa,
2. Yalnız kalma konusunda aşırı anksiyeteli ve yalnız kalmayı reddediyorsa,
3. Uyuma konusunda zorluk yaşıyor ve sıklıkla kabus görüyorsa,
4. Okula sık devamsızlık yapıyor-

sa, Okul reddi açısından bir uzmandan görüş almanız; özellikle sosyal hayat ve eğitim hayatı başta olmak üzere kısa ve uzun dönemde çocuğunuzun gelişimini olumsuz etkileyebileceği için önerilmektedir. Uzun dönemde tedavi edilmeyen okul redlerinde, liseyi bitirme oranında, evlenme ve çocuk sahibi olmada ciddi oranda düşüş görülmektedir. Tüm bunların önüne geçebilmek ve sağlıklı bir gelişimi destekleyebilmek için okul reddi tedavisi ebeveyn, okul personeli ve uzman işbirliği içinde yönetilmekte ve uygun tedavi olan çocukların 9/10 u okula geri dönmektedir.

AİLEYE ÖNERİLER

- Öncelikle bu konuda endişeli olduğunuzu çocuğunuza hissettirmemeye çalışmalısınız.
- Çocuğunuzun dinleyiniz ve hissettikleri ile korkularını anlatması için onu cesaretlendiriniz.
- Onun korkularını ve hisset-

tiklerini anladığınızı ona hissettirmeniz oldukça önemlidir. Hissettikleriyle dalga geçmeyin ve 'Artık büyüdün, büyük çocuklar korkmaz.' Vb. cümleler kurmaktan kaçınınız, unutmayın ki herkesin korkuları olabilir.

- Çocuğunuz okula gitmediğinden dolayı çevresindekiler tarafından suçlanmamalı, yargılanmamalı ve kendisi ile alay edilmemelidir. Kendisine durumun geçici olduğu, başka çocuklarda da bu durumun olabildiği, bu durumun kolaylıkla üstesinden gelinebileceği anlatılmalıdır.
- Eğer çocuğunuz okuldan siz alıyorsanız, alınacağı saat hakkında güvenilir olun. Geç kalacaksınız önceden bilmesini sağlayın. Gereğinden fazla okuldan alınmayı beklemeleri, onlarda terkedilmişlik hissi uyandırabilir.
- Eğer isterse gün boyu yanında taşıyabileceği size ait bir eşyanızı kendisine verin.
- Okula gitmemesi durumunda derslerinden geri kalacağı ve ders başarısında düşme olabileceği kendisine anlatılmalıdır.
- Çocuğunuzun okula gitmeyi reddetmesi konusunda sınıf ve rehber öğretmeni ile görüşebilir, bu konuda izlenecek yolu birlikte çizebilirsiniz. Okul ilişkileri bu durumlarda her zamankinden daha önemlidir.
- Durumun kötüye gittiğini düşündüğünüzde bir uzmandan yardım istemekten çekinmeyin.

Kaynakça

- Yaşar, V., Yaşar, S. (2010). Okul Çağındaki Çocuklarda Görülen Okul Korkusu. **Bilim ve Aklın Aydınlanışında Eğitim**, S. 126-127.
- Bahalı, K., Tahiroğlu, A.Y. (2010). Okul Reddi: Klinik Özellikler, Tanı ve Tedavi. **Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar**, 2(3):362-383.
- Büktüşoğlu, N., Aysan, F., Erermiş, S. (2011). Okul Fobisi Olan Çocukların Davranışsal Özellikleri, Annelerinin Ruhsal Belirti Düzeyleri ve Aile Fonksiyonlarının İncelenmesi. **Ege Tıp Dergisi** 40 (2): 99 - 104.
- Okul Reddi: Klinik Özellikler, Tanı ve Tedavi Kayhan Bahalı, Aysegül Yolga Tahiroğlu
- Torma S, Halsti A. Factors contributing to school phobia and truancy. *Psychiatry Fennica* 1975; 75:209-220.
- Berg I, Nichols K, Pritchard C. School phobia: its classification and relationship to dependency. *J Child Psychol Psychiatry* 1969; 10:123-141.
- Holzer L, Halfon O. The school refusal. *Arch Pediatr* 2006; 13:1252-1258.

Gayrimenkul Alırken? Nelere Dikkat Etmeli

Eğer kaybetmekten korkmayacağımız bir miktarda paramız varsa ve birlikte hareket edeceğimiz kişilere güveniyorsak, Şansımızı denemeli, hesaplı risk almalıyız. Bilindiği gibi risk olmadan başarı olmaz. Kazanç hiç olmaz.



Erol TÜRELİ

(E) Kur. Alb.

Gayrimenkul Değerleme
Uzmanı

Gayrimenkul alan (Talep) ne ister?

- Ucuz olsun
- Çabuk değerlendirsin
- Merkeze veya gelişmekte olan bölgeye yakın olsun
- Gerekliğinde çabuk elden çıkarılsın
- Civarında kendine benzer insanlar olsun.

Gayrimenkul satan (Arz) ne ister?

- Pahalı satsın
- Çabuk satsın

İşte normal piyasa şartları bu arz ile talebin buluştuğu noktada oluşur. Ve her iki tarafta piyasa şartlarında kar eder. Bu durumda kar etme olasılığı hiçbir zaman aşırı olamaz, zarar etme olasılığı ise yoktur.

Ancak normal piyasa şartları dışında hareket ederek, normalin üzerinde kar etmek isteyen alıcı veya satıcı farklı metotlar oluşturarak ucuzu pahalı satmak veya pahalıyı ucuza almak isteyecektir. Bu durumda da risk faktörü ortaya çıkacaktır. Yani ne kadar çok risk alınır, o kadar çok kar edilebilecektir. Ancak bilindiği gibi riskinde maliyeti kaybetme ihtimalinin verdiği stres ve gerçekten kaybetmektir. Ayrıca riskin arttığı her ortamda hilenin de aynı oranda artacağı unutulmamalıdır. Yine unutulmamalıdır ki hilenin olduğu yerde herkes hizmetinin bedelini almak ister. Yani elde edilecek karın paylaşımı çok olur.

Gayrimenkulde fiyat nasıl oluşur?

Gayrimenkulün değeri = Merkeze veya gelişmekte olan bölgeye yakınlığı + yapılacak işe uygunluğu + o bölgedeki benzer satılık gayrimenkul sayısı + talep edenin o gayrimenkule olan ihtiyacı + civardaki alıcıya benzer kişilerin çokluğunun oluşturduğu değer toplamıdır.

Burada değeri en çok değiştiren etken ise talep edenin o gayrimenkule olan ihtiyacı ile civardaki alıcıya benzer kişilerin çokluğudur. Bu nedenle aynı inşaat özelliklerine sahip iki bina sadece bu

nedenlerle alıcıya bir veya birkaç kat pahalıya mal olabilir.

Öyle ise gayrimenkul alırken ne yapacağız?

- Talep edenin o gayrimenkule olan ihtiyacı ve civardaki alıcıya benzer kişilerin çokluğu tamamen kişisel değer olduğu için herkes kalbinin sesini dinlemeli,
- Mümkün olduğunca bilinenden şaşmamalı,
- Hiçbir zaman kısa vadeli düşünmemeli, çünkü gayrimenkulün kısa vadede kâr getirmesi, tarlayı süren çiftçinin pulluğuna bir küp altın takılmasına benzer.
- Eğer kaybetmekten korkmayacağımız bir miktarda paramız varsa ve birlikte hareket edeceğimiz kişilere güveniyorsak, Şansımızı denemeli, hesaplı risk almalıyız. Bilindiği gibi risk olmadan başarı olmaz. Kazanç hiç olmaz.

Gayrimenkulde Hesaplı Risk nedir.

Riski nasıl hesaplarız.

Hesaplı risk, basit anlamda kandırılmamak ve başına gelecekleri önceden bilmek diyebiliriz.

Gayrimenkulde de başımıza gelecekleri önceden tahmin edebilmek için;

- Gayrimenkul arazi ise imar durumu araştırılmalıdır. Eğer imarı yoksa ilgili belediyeden bu arsa ve yakın çevresinde planlama çalışmaları olup olmadığı araştırılmalı varsa Planlama çalışmaları ölçeklerine göre değerlendirilmelidir.
- ✓ 1/100.000 – 1/50.000 – 1/25.000 ölçekli planlamalardan bahsediliyorsa Uygulama İmar Planlarına (1/1.000) erişilebilmesi için en az 5 – 10 sene gerekir.
- ✓ 1/5.000 gibi Nazım Planlardan bahsediliyorsa 2-3 sene zarfında Uygulama İmar Planları hazırlanıp onaylanabilir.
- ✓ Uygulama imar planı olan parseller inşaat yapılabilecek parsellerdir.
- Arsanın bulunduğu bölgeye göre dikkat edilmesi gerekli yasa ve yönetmeliklere bakılmalıdır. Her arazi genel hükümlere tabi olmasının yanında, bulunduğu bölge ile ilgili olarak çıkarılan özel mevzuata da tabidir. Bu kapsamda

öncelikle arazinin bulunduğu yer bazında detaylı inceleme yapılması gerekmektedir.

- ✓ Arsa, imar planı bulunmayan bir bölgede ise: Plansız Alanlar İmar Yönetmeliği'ne göre;

Madde 62- Üst ölçek planı bulunmayan iskan dışı alanlarda yapılacak ifrazlardan sonra elde edilecek her parsel (5000) m²'den küçük olamaz. Bu parsellerin tapu kadastro veya tapulama haritasında bulunan kamu eline geçmiş bir yola, yapılan ifrazdan sonra en az (25.00) m. cephesi bulunması zorunludur. Parselden terk suretiyle yol oluşturulamaz. Yeni yerleşme alanı oluşturma amaçlı ifraz işlemi yapılamaz.

Madde 63 - Üst ölçek planı bulunmayan iskan dışı alanlarda bulunan parsellerde; inşaat alanı katsayısı %5 den fazla olmamak, yapı inşaat alanları toplamı hiçbir koşulda (250) m²'yi geçmemek, saçak seviyelerinin tabii zeminden yüksekliği (6.50) m.yi ve 2 katı aşmamak, yola ve parsel sınırlarına (5.00) m.den fazla yaklaşmamak şartı ile bir ailenin oturmasına mahsus bağ ve sayfiye evleri, kır kahvesi, lokanta ve bu tesislerin müstemilat binaları yapılabilir.

Yani kadastro yola cephesi bulunmayan araziye sabit bina yapılamaz.

- ✓ Arsa SİT ALANI olan bir bölgede ise: İlgili Koruma Kurulunun, Kültür ve Tabiat Varlıklarını Koruma Kanunu ve Yönetmeliklerine göre bölge için belirlenmiş olduğu hükümlere ve imar planındaki yapılaşma hükümlerine bakılır.

Madde 17 - Bir alanın koruma bölge kurulunca sit olarak ilanı, bu alanda her ölçekteki plân uygulamasını durdurur. Sit alanının etkileşim-geçiş sahası varsa 1/25.000 ölçekli plân kararları ve notları alanın sit statüsü dikkate alınarak yeniden gözden geçirilerek ilgili idarelerce onaylanır.

- ✓ Arsa, imar planı bulunan bir alanda ise: İmar planında belirtilen yapılaşma hükümlerine bakılır.
- ✓ Arsa, kıyıda ve sahile çok yakın bir bölgede ise: Bayındırlık ve İskân Bakanlığınca onaylı kıyı kenar çizgisinin var olup olmadığına, kıyı kenar çizgisine göre konumuna, Kıyı Kanunu ve Yönetmeliğinde belirtilen hükümlere ve

varsa İmar planında belirtilen yapılaşma hükümlerine bakılır. Sahil şeridinde yapılacak yapılar kıyı kenar çizgisine en fazla 50 metre yaklaşabilir.

- ✓ Arsa, organize sanayi bölgesinde ise: İmar planında belirtilen yapılaşma hükümleriyle birlikte Organize Sanayi Bölgesi Kanunu ve Yönetmeliğinde belirtilen hükümlere bakılır.
- ✓ Arsa, su toplama havzasında ve imar planı bulunmayan bir bölgede ise: Su toplama havzasında yetkili ilgili kurumun (DSİ, İSKİ, ASKİ v.b.) yayımlamış olduğu havza koruma yönetmeliklerinde belirtilen hükümlere ve İmar planında belirtilen yapılaşma hükümlerine bakılır. Bu bölgedeki taşınmazın niteliği büyük bir olasılıkla "tarla"dır. Çünkü arsa olsaydı, imar planı kapsamında bir taşınmaz olması gerekirdi ve yapılaşması da olurdu.

Su toplama havzasında kalan taralara ilgili kurumun (İSKİ, DSİ, ASKİ v.b.) izin verdiği ölçülerde yapılaşma yapılabilir. Bu alanlar koruma alanı olduğundan yapılaşma koşulları, su toplanan alana (baraj, göl, akarsu) yaklaştıkça azalır.

Örneğin İstanbul'un çevresindeki baraj göllerinden itibaren 300 metre alan mutlak koruma alanıdır. Bu alanlarda hiç bir şekilde inşaat faaliyeti yapılamaz ve ilgili kurum tarafından kamulaştırılması gereken alanlardır.

Mutlak koruma alanlarından sonra kısa, orta ve uzun mesafeli koruma alanlarında belirli alanlara, sınırlı yapılaşma ve fonksiyona izin verilmektedir. Su toplama havzalarında yapılaşma ile ilgili koşulları İSKİ ve benzeri kurumlar belirler ancak inşaat ruhsatı ve diğer işlemler belediyeler tarafından gerçekleştirilir.

Arsa almadan önce nerelere başvurulmalı, neler araştırılmalı, dikkat edilmesi gereken konular nelerdir?

Arsa için ilk talebimiz tapudur. Tapudan,

- İli, ilçesi, pafta, ada, parsel alanı bölümlerine bakarız.
- Mülkiyeti – sahibi kimdir görebiliriz.
- Hisse oranına bakarız. Tam olması tercihimizdir.
- ✓ Ayrıca Tapuda Cinsi – Niteliği yazan bir bölüm vardır. Burada arsa yazıyorsa imarlı olduğunu, tarla yazıyorsa imarsız ya da imar gördükten sonra yeni tapusunun alınmamış olduğunu anlarız.
- Çap, tapudan sonra istediğimiz en önemli belgedir.
- ✓ Çap ile arsanın şekline bakarız. Boyutlarına bakarız. Bazı parseller şekilsizdir. Bina yerleşimi ve arsanın üzerine inşa edilecek yapının kullanış şekli bozuk olur. Çapta ayrıca bazı yol ve komşu parsel cephelerine bakarız.



- ✓ Çap sayesinde, büyük haritalarda arsanın yerini bulur, ileride yapılabilecek yol, büyük inşaat projeleri vs. ile bunların arsa üzerine inşa edilecek yapıya etkileri olabilecek gelişmelere mesafelerini veya etkileşiminde olup olmadıklarını kontrol ederiz.

İmar Durumu bir arsanın diğer bir en önemli evrakıdır. Zira imarı olmayan arsalar pek itibar edilmez. İleride imar gelecek olsa bile, mevcut hali çoğu zaman alıcıları şüphede bırakır.

TAKS = Taban Alan Katsayısı ile veya yoldan komşu parsellerden çekme mesafeleri ile arsa üzerine inşa edilecek yapının taban alanını hesaplarız.

Hmax= ile arsa üzerine inşa edilecek yapının maksimum yüksekliğini görerek kaç katlı bina yapabileceğimizi görürüz. (Örneğin Hmax=6.50m ise 3 m lik 2 kat inşa edilir.)

Emsal = KAKS = Kat Alan Katsayısı ile de arsa üzerine toplam kaç m2 kapalı alan inşa edebileceğimizi hesaplarız.

Araziye ait elde edilen evraklar ile;

- Arsanın bağlı bulunduğu belediyeye gideriz. Yetkili ağızlardan mevcudu kontrol ederiz. Bazen belediyeler imar planlarında sürpriz tadilatlar yapabilirler. Bu kontrollerden sonra arsa üzerine ne inşa edilebilirin hesabına otururuz. Konut – Ticaret – Fabrika – Depo – Sağlık Tesisi – Sosyal Donatı alanları (Yol – Yeşil Alan – Park – Bahçe – Cami – Okul – Karakol – Belediye hizmet alanı – vs.) gibi lejantlara bakarak bu arsa üzerine yapılacak binanın ne amaçla kullanılabileceğini görürüz.
- Bağlı bulunduğu il ve ilçede bulunan Tapu Sicil Müdürlüğü'ne başvurarak gayrimenkul üzerinde herhangi bir takyidat olup olmadığını (satışına engel olacak şekilde şerhler hanesinde herhangi bir ipotek, irtifak hakkı, haciz... gibi durumların olup olmadığını) öğreniriz.
- Kadastro Müdürlüğü'ne giderek resmi yoldan tespitini yapıp gayrimenkullü zeminde mutlaka görmeli, edinilen tapu bilgileri ile birlikte ya kadastro müdürlüğünden aplikasyon belgesi talebinde bulunulur veya bu işle uğraşan serbest harita ve kadastro mühendisi ile irtibat kurularak yeri tespit ettirilir. Böylelikle burası diye gösterilen yerin, tapusuna göre, gerçekte de aynı yer olup olmadığı anlaşılır.

- Kadastro Müdürlüğü'nden bu yere ait planın örneğini temin edip, bu plan örneği ile gayrimenkulün bağlı bulunduğu belediyenin İmar Müdürlüğü'ne müracaat ederek bu gayrimenkulün imar planındaki konumunu mutlaka öğrenmelidir. Arazi kamuya terkin edilmesi gereken bir yeşil alan, yol gibi sahalara tekabül ediyor olabilir.
- Arazinin Karayollarından sorgulaması ve arazinin 5-10 vb yıllık yol genişleme planı içinde olup olmadığı öğrenilmelidir
- Şufa (Önalım) Hakkına Dikkat Edilmeli. Diyelim ki, hisseli bir arsa alıyorsunuz. Şufa yani Önalım hakkına da dikkat etmelisiniz. Öncelikli alım hakkı olarak bilinen ve hisseli satışlarda diğer hissedarlara öncelik ile satın alma hakkı verilmiştir. Hatta yeni tarım yasasında arazilerin satışında bitişik komşu parsel sahiplerine de ön alım hakkı getirilmiştir. Bu da şu anlama geliyor; hisseli bir arsayı tapuda satış olarak gösterdiğiniz bedelle başka bir hissedar sizden alabilir.
- Arsa başka kişiler tarafından işgal ediliyorsa veya üzerinde bir kaçak yapı varsa bunlar da yatırımı olumsuz etkiler. Son düzenlemeye göre habersiz olan hissedarların bunu talep etmeleri için 2 yıl hakları var. Yani son 2 yıl içinde çok değerlenen hisseli bir yeriniz, 2 yıl dolmadan da elinizden çıkabilir. Bu davanın açılacağı hak düşürücü süre, hisse satışından itibaren 2 yıldır. Bunun anlamı şudur: Dava açacak hissedar, bu davayı satıştan itibaren 2 yıl içinde istediği zaman açabilir; 2 yıl geçtikten sonra da hiçbir şekilde açamaz. Bu iki yılın uzun olduğunda elbette ki kuşku yoktur. Taşınmaz hissesi satın alan kişinin 2 yıl süreyle dava açılabilir endişesiyle beklemesinin zor bir durum olduğu da açıktır. Ancak Medeni Kanun taşınmaz hissesi satın alan kişiye, bu 2 yıllık süreyi 3 aya düşürme hakkını tanımaktadır. Şöyle ki, hisse satın alan kişi bu hisseyi satın aldığı hususunu, noterden göndereceği ihtarnameyle satışa taraf olmayan diğer hissedarlara bildirebilir. Bu taktirde ihtarnameyi tebellüğ eden her bir paydaş, ihtarnameyi aldığı tarihten itibaren 3 ay içinde önalım davasını açmak zorunda kalır. Bu süre içinde (3 ay içinde) şufa davası açmaz ise artık bu kişi için 2 yıllık sürenin bir anlamı kalmaz; önalım davası açma hakkı sona erer.
- Toprak Koruma ve Arazi Kullanımı Kanunuyla, tarım arazilerinin yatırım aracı olmaktan çıkartılması hedeflendi. Bu nedenle alınan taşınmaz arsa mı yoksa arazi durumunda mı mutlaka kontrol edilmelidir. Arazi ise henüz tarım vasfında mı, yoksa imar sahası içinde mi bilgi alınmalıdır.

Engelli Bireylerde Psiko-Sosyal Gelişim

Ailelerin çocuklarının bazı fiziksel ya da zihinsel yetersizlikleri olmasına rağmen yetişkin birer birey olduklarını kabul etmeleri, engelli bireyin bu yöndeki girişimlerine saygı gösterip desteklemeleri psiko-sosyal sağlamlığın devamı için oldukça önemlidir.



Mustafa SUNGUR
TSK ELELE Vakfı GATA
Özel Eğitim
ve Rehabilitasyon Merkezi
Klinik Psikolog

Bireyin, duygusal, bilişsel, iletişim ve algısal özellikleri ile çevresiyle uyumlu ve dengeli bir etkileşim kurabilme yeteneklerinin tümüne psiko-sosyal gelişim denmektedir. Psiko-sosyal gelişim bebeklik yıllarında başlayıp tüm yaşamımız boyunca devam eder. Bedensel, ruhsal ve sosyal sağlığımızın; her yaş döneminde uyumlu, esnek ve dengeli olması psiko-sosyal sağlamlık olarak tanımlanabilir.

Engelli olmak çocuğu çok çeşitli yönlerden etkilediği gibi; çocuğun anne-babası ve kardeşlerinin de yaşamlarını, duygu ve düşüncelerini, davranış örüntülerini ve ilişki biçimlerini etkiler. Bu etki aile, çocuğun bir gelişimsel sorunu olduğunu ve bunun süreğenliğini ilk kez duyduğunda başlar. Ailenin etkilenmişliği, çok yönlü, karmaşık ve tüm aile sistemini değiştirecek düzeyde gelişir. Engellilik durumunun, çocuğun gelişimi üzerindeki etkisi ne kadar yaygın olursa, ailelerin etkilenmişliği ve başa çıkma becerileri de o derece karmaşık ve stresli olur.

Engelli çocukların psiko-sosyal gelişimleri; yaş dönemleri çerçevesinde incelenebilir. Buna göre psiko-sosyal gelişim; okul öncesi dönem, okul dönemi, ergenlik dönemi ve yetişkinlik dönemi olarak 4 başlıkta incelenebilir.

OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE PSİKO-SOSYAL GELİŞİM

Çocuğun 0-6 yaş dönemini kapsayan okul öncesi dönem; psiko-sosyal gelişimin en önemli basamağıdır. Bebeklik döneminde bedenini, anne, baba ve çevresini tanımaya başlayan birey; zamanla iletişimi ve çevreyi manipüle etmeyi öğrenecektir. Bu dönemde en önemli psiko-sosyal gelişim aracı oyundur. Çocuk oyunla önce kendini, bedenini ve sonra çevresindeki insanları ve dünyayı öğrenmeye, algılamaya başlar.

Engelli çocukların oyun ve iletişim becerileri, yetersizlikten etkilenmemiş çocuklarla aynı basamakları takip eder, ancak bu basamaklar daha geç ve farklı özellikler gösterebilmektedir.

Bebekler öncelikle kendi uzuvlarıyla ve birkaç aylık olunca da çevresindeki uyarıcılarla ilgilenmeye başlar. Daha sonra ise diğer kişilerle sosyal etkileşimi olmaksızın, oyuncaklarıyla yalnız başına oynar. Bu oyun çocuğun öncelikle kendini tanımasını, bedeninin yeterliliklerini algılamasını sağlar. Bu dönemdeki oyunlar tekrar oyunlarıdır. Bu bebeğin ilk psiko-motor gelişiminin de temellerini oluşturur. Daha sonraki dönemde çocuk diğer yetişkin ve çocuklarla her hangi bir ilişki kurmaksızın, sadece onların oyunlarını, etkileşimlerini izler veya etkileşime, oyuna katılmadan onların davranışları hakkında sorular sorabilir. Paralel oyun döneminde, çocuklar aynı ortamda oynarlar, aynı oyuncakları kullanırlar, fakat birlikte oynamazlar ve birbirlerinden ve yetişkinden bağımsız olarak oyunlarını sürdürürler. Birlikte oyun aşamasına geçtiklerinde, çocuklar bir arada grup şeklinde ve birbirleriyle etkileşim halindedirler.

Birbirlerinin ve yetişkinlerin fikirlerinden yararlanabilirler, oyun materyallerinin alış verişini yapabilirler. Çocukların her biri kendi oyununa devam eder ancak aynı oyunu oynamamaktadırlar. Çocuk oyun gelişiminde, işbirlikçi oyuna geçtiğinde; amaç beraberce belirli bir sonucu başarmaktır ve oyun bu amaç göz önünde bulundurularak planlanmıştır. Bu dönemde çocuklar arasında gerçek bir sosyal etkileşim vardır ve çocuklar oyunun amacına ulaşmak üzere örgütlenmişlerdir.

Çocukların psiko-sosyal gelişiminde oyun becerilerinin diğer önemli boyutu ise sembolik ve kurallı oyunlardır. Çocuğun izlediği, hissettiği ya da anlamlandıramadığı yaşantılarını oyuna aktarması sembolik oyun olarak tanımlanabilir. Evcilik, öğretmencilik gibi oyunlar çocuğun hem iletişim becerilerini hem de duygusal gelişimini destekler. Kurallı oyunlar ise belli bir amacı ve kuralları dizisi olan oyunlardır. Saklambaç, futbol vb. oyunlar çocuğun

çevresi ve kendisi arasındaki etkileşimi en yoğun yaşadığı oyunlardır.

Okul öncesi dönemde çocuklar psiko-sosyal açıdan birçok beceriyi oyunla öğrenirler.

- ✓ Çocuklar oyun aracılığıyla, duygusal tepkilerini kontrol etmeyi ve denetim altına almayı öğrenebilir.
- ✓ İnsanlar arası duygusal ilişkileri ve tepkileri öğrenebilir.
- ✓ Oyun, çocuğun kendine güven, kendini denetleme, çabuk karar verme, doğruluk ve disiplin gibi kişisel alışkanlıklar kazanmasında en etkili bir yöntemdir.
- ✓ Bunlara ek olarak çocuk oyun oynarken yaratıcılığını keşfeder ve geliştirir
- ✓ Çocuk sosyal çevresinde neyin doğru neyin yanlış olarak değerlendirildiğini görür ve bu tür kurallara uyması gerektiğini oyunla kavrar. Oyun yoluyla ben ve başkaları kavramlarının farkına varan çocuk sosyalleşmeyi oyunla öğrenir.
- ✓ Çocuk oyunda üstlendiği ana-baba, kız-erkek çocuk gibi rollerle cinsel kimliğini kazanabilir.
- ✓ Çocuklar oyun oynarken, diğer insanlarla iletişim kurmayı, gözlem, işbirliği yapmayı ve yardımlaşma duygularını geliştirebilir.
- ✓ Sözle olmayan sosyal kuralları öğrenirler.
- ✓ Çocuk oyun yoluyla, doğru-yanlış, iyi-kötü, güzel-çirkin, haklı-haksız gibi ahlaki kavramları öğrenebilir.
- ✓ Ayrıca, başkalarına saygı gösterme, başkalarının ve kendi hakkını koruma, verilen görevleri üstlenme, kendilerine ve başkalarına güven duyma ve herhangi bir konuda karar verip uygulayabilme gibi toplumsal kuralları da öğrenebilir.
- ✓ Oyun çocuğa çevresini araştırma, objeleri tanıma ve problem çözme imkânı sağlamaktadır. Çocuk bu yolla pek çok kavramı ve zihinsel işlemleri öğrenebilir.
- ✓ Özellikle sembolik oyunların dil gelişimdeki rolü çok büyüktür. Engelli çocuklarda yukarıda sözü edilen okul öncesi dönem oyun basa-

maklarının birçoğu gözlemlenmektedir. Ancak zihinsel ve fiziksel özelliklerine bağlı olarak bu basamaklar çok uzamakta ya da gecikmektedir. Engelli çocuklarda göz ardı edilen en önemli konu çoğu kez oyun ve oyuncaklar olmaktadır. Çocukların bağımsızlaşmaları, sosyal çevreye katılabilme olanakları diğer akranlarından daha güç olduğu için engelli çocukların psiko-sosyal açıdan desteklenmeleri önemlidir.

Okul öncesi dönemde engelli çocuğun öncelikle yetersizliklerine ilişkin farkındalık ve kabul süreci ele alınmalıdır. Çocuk önce aile üyeleriyle, sonra ise çevresindeki diğer akranlarıyla kendi arasındaki farklılıkları fark eder. Bu aşamada ailenin, gerekirse bir profesyonelin desteği çok önemlidir. Çocuk farklılıklarını kabul etme sürecinde, ailesinin engele ilişkin tutum ve algılarından çok etkilenebilir. Engelliliğe ilişkin ailenin başa çıkma algıları ve problemleri çözmedeki yeterlilikleri, çocuk için yol göstericidir.

Engelli çocuğun kardeşleri psiko-sosyal gelişimde çocuk için en önemli ve ilk aracıdır. Ailenin kardeşlere, serebral palsiyi yaşına uygun biçimde aktarması, bununla ilgili sorulara net ve gerçekçi cevaplar vermesi önemlidir.

Bu dönemde engelli çocukların sınırlar ve disiplin konusunda belli temelleri öğrenmeleri gerekmektedir. Yeterliliklerinin, farklı yanlarını keşfeden çocuk, çoğu kez öfkeli, utangaç ya da içe dönük davranışlar gösterebilmektedir. Bu noktada ailenin çocuğun duygularını anlamaya çalışması önemlidir. Aile de çoğu kez çocukla aynı duygusal tepkileri verebilmektedir. Bu ise anne babanın çocuğa sınırlar koymasını engelleyebilir. Bu dönemde en önemli olan şey, çocuğun belli sorumlulukları, belli sınırlarda öğrenmesi; duygusal tepkilerinin sorumluluk almasına engel olmamasıdır.

OKUL DÖNEMİNDE PSİKO-SOSYAL GELİŞİM

Bu dönem çocuklar için; hem sosyal kuralları daha ayrıntılarıyla öğrenmeleri için, hem de sorumluluk ve disipline ilişkin becerileri kazanmaları açısından oldukça önemlidir. Okulun ilk yılı çocuğun sınıfta grupla çalışma, okul kurallarına uyma, çalışma alışkanlıklarını kazanma ve problem çözme becerilerini edinmesi için önemlidir. Sonraki yıllarda çocuk bu becerilerini geliştirerek daha sosyal hale gelecektir.

Engelli çocuklarda özellikle okula uyum ve akranlarla ilişkilerde zorluklar yaşanabilmektedir. Bu noktada ailenin tutumu her dönemdekinden daha çok önem kazanmaktadır. Okula gitmenin, ödevlerin yapılmasının ve okuldaki kuralların öğrenilmesi ailenin esnek

ve uyumlu tutumuyla sağlanabilir. Çocuğa, yeterliliklerine dönük bir bakış açısı kazandırmak, okuldaki spesifik ihtiyaçları için uygun kaynakları bulmak ve öğrenmesi için zaman tanımak bu dönemdeki krizleri çözmekte etkili olabilmektedir.

Okul döneminde bir diğer önemli psiko-sosyal gelişim alanı da arkadaş ilişkileridir. Engelli çocuğun özellikleri sınıf öğretmeni, PDR servisi ve çocukların aileleri aracılığıyla uygun biçimde sınıf arkadaşlarına anlatılmalıdır. Çocuğun arkadaşlarıyla ilişkileri desteklenmeli; gerekirse bu konuda çocuğa yol göstermek gereklidir.

ERGENLİK DÖNEMİNDE PSİKO-SOSYAL GELİŞİM

11-19 yaşlar arası genel olarak ergenlik dönemi olarak kabul edilir. Bu dönemde bireyler bio-psiko-sosyal birçok alanda ciddi değişimler yaşarlar. Fiziksel değişimlerle başlayan ergenlik dönemi, cinsel olgunlaşma, psiko-sosyal becerilerde değişimler ve son olarak kimlik kazanma aşamasıyla sona erer.

Engelli çocuklar ergenlik dönemine genellikle ciddi ruhsal ve duygusal değişimlerle girerler. Bu dönemde daha öfkeli, saldırgan ya da daha duygusal, kırılgan ve depresif belirtiler gösterebilmektedirler.

Bedensel ve hormonal değişimlere uyum sağlamak, zihinsel olarak soyut kavramları anlamaya, algılamaya başlamak, çocuk için oldukça zor olabilmektedir. Bu dönemde engelli çocuğun duyguları, fikirleri aile tarafından algılanmalı, ihtiyaçları çocuğun beklentileri dikkate alınarak esnek bir tutumla karşılanmalıdır.

Bu dönemde ailenin sınırları çocuk tarafından fazlaca zorlanabilmektedir. Evdeki kurallar ergenlik döneminde esnetilmeli, ancak ergenin sorumluluklarını alması sağlanmalıdır. Sınırlar çocuğun sorumluluk alma becerisi ölçüsünde esnetilmelidir.

Özgüvenin en kırılgan olduğu ergenlik döneminde engelli çocuğa "sen yapamazsın" gibi olumsuz yönergeler vermek yerine çocuğun yapabileceği düşünülen uygun ilgi alanı ve becerilere yönlendirmek ebeveynlerin önem vermesi gereken bir diğer konudur.

Çocuğun arkadaş çevresinin olması, akranlarıyla uzun zaman geçirmesi ve aileden bir parça uzak durması beklenen belirtilerdir. Aileler bu dönemde çocuklarının sosyal etkileşimlerini desteklemelidirler. Ergene yeni hobiler kazandırmak, farklı ortamlarda farklı arkadaşlar edinmesine fırsat vermek önemlidir. Ergen akranları aracılığıyla duygularını normalize eder, yaşadığı bio-psiko-sosyal değişimlerin farkında olur ve bunlara uyum sağlar. Ergenlik döneminde bireyin bağımsız olma,

özgür olma, birey olarak var olduğunu kanıtlama çabası oldukça baskındır. Özellikle engelli bireylerin bu tutumları aile tarafından anlaşılmalıdır. Fiziksel olarak aileye belli ölçülerde ihtiyaç duyan çocuk bu dönemde gergin ve kaba olabilmektedir. Ailelerin bu noktada bağımsız ya da özgür olmanın diğer boyutlarını ortaya çıkarmaları gerekmektedir. Örneğin bağımsızlığın kimseye ihtiyaç duymamak değil, kendi kararlarını ve seçimlerini yapabilmek, sorumluluk almak olduğu anlatılmalıdır.

Ergenlikle birlikte soyut işlemsel döneme geçiş engelli bireylerde zaman almaktadır. Özellikle akran ilişkilerinde duyguları anlamak, ifade etmek, başkaları tarafından nasıl algılandığını fark etmek, bağlanma, inanç, özgürlük, hayatın anlamı ve benzeri kavramları anlamak zor olabilmektedir.

Psiko-sosyal gelişimin bir diğer bileşeni de psiko-seksüel gelişimdir. Ergenlikte bu alana dönük olarak çocukların; vücut bakımı, cinsel dürtülerin yönetilmesi, duygusal ilişkiler ve partner ilişkileri alanlarında desteklenmeleri gereklidir.

Ergenlik dönemi sonunda birey kendisine ve çevresine ilişkin birçok ayrıntıyı ve özelliği öğrenmiş; kendi hedeflerini ve yaşam amaçlarını fark etmiş olacaktır.

YETİŞKİNLİK DÖNEMİNDE PSİKO-SOSYAL GELİŞİM

20'li yaşlar ve sonrası dönemi kapsamaktadır. Birey çoğunlukla bu dönemde bir mesleğe yönelmiş ya da mesleki eğitime başlamıştır.

Yetişkinlik yıllarında engelli birey için artık karmaşık ve başa çıkılması zor birçok konu çözümlenmiştir. Yeterliliklerinin farkında, küçük ya da büyük bir sosyal ağı parçası olmaktadır. Bu dönemde psiko-sosyal gelişim devam ederken, en önemli konu psiko-sosyal sağlığının sürdürülebilmesidir. Eğitimin devam etmesi, bir mesleğe sahip olmak, sporla ilgilenmek ya da mesleki, sanatsal bir uğraşıya sahip olmak bireyin ruhsal ve sosyal anlamda uyumlu olmasını sağlamaktadır.

Birey bilişsel ve fiziksel özelliklerine uygun biçimde bu dönemde, eğitimine devam etmelidir. Bu eğitim akademik alanlarda olabileceği gibi, mesleki ya da sanat, spor alanlarında da sürdürülmelidir. Yetişkinlik yıllarında engelli bireyin sosyal bir sistemde yer alması ve farklı ilişkileri deneyimlemesi ruhsal ve duygusal sağlığı için gereklidir.

Ailelerin çocuklarının bazı fiziksel ya da zihinsel yetersizlikleri olmasına rağmen yetişkin birer birey olduklarını kabul etmeleri, engelli bireyin bu yöndeki girişimlerine saygı gösterip desteklemeleri psiko-sosyal sağlığının devamı için oldukça önemlidir.

Serebralpalsi ve Bobath (Nörogelişimsel Tedavi)

“ Bobath yaklaşımı, öncelikle, Serebralpalsili çocuğun performansını gözleme, analiz etme ve yorumlama, sonrasında çocuğun potansiyelini değerlendirme ve sonuçta sınırlılıkları içinde maksimum bağımsızlık düzeyine ulaştırmayı hedeflemektedir. ”



Filiz Gençer UZUN
TSK Elele Vakfı Güvercinlik Özel
Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi
Fizyoterapi Koordinatörü

Serebralpalsi (SP) ilk defa 1861 yılında Dr. William Little tarafından tanımlanmış ve Little hastalığı olarak adlandırılmıştır. Daha sonra Burges(1888) ve Phelps(1947) tarafından günümüzde kullanılan SerebralPalsi adı verilmiştir.

Serebralpalsi anne karnında olduğu gibi doğum esnası veya doğum sonrasında gelişimini tamamlamamış beyin farklı nedenlerle etkilenmesi sonucu ortaya çıkan kalıcı, ilerleyici olmayan bir bozukluktur. Kas tonusu, postür bozuklukları ve hareket

yetersizliği ile karakterize olan klinik tabloya duyu, algı, iletişim, kognitif, davranış bozuklukları ve nöbetler de eşlik etmektedir. Hasarın kendisi ilerleyici olmamasına rağmen çeşitli kas iskelet sistemi defor-

miteleri gibi ikincil bozukluklar ve zaman içinde farklı kompozasyon mekanizmalarının etkisi ile oluşan üçüncül bozuklukların tabloya dahil olması ile yetersizliklerin ve özürün sonuçları ilerleyebilir. Sonuç olarak Serebralpalsi gelişimsel bir bozukluk olarak karşımıza çıkar.

Serebralpalsinin tamamen iyileştirilmesi mümkün değildir, fakat tedavi genellikle çocuğun becerilerini geliştirir. Yetersizlikleri doğru şekilde tedavi edildiği takdirde, pek çok çocuk normale yakın bir yetişkin yaşamı sürebilir.

Konvansiyonel tedavi medikal prosedürleri, cerrahi yaklaşımları, ilaç tedavisini ve terapileri içerir.

Günümüzde Serebralpalsili çocukların fizyoterapisinde en çok kullanılan nörogelişimsel Terapi yaklaşımı (Yani Bobath Terapisi)dir. Bobath Terapisi (NGT) Berta ve Karel Bobath tarafından 1940'lı yıllarda bulunmuştur. Pediatrik rehabilitasyon alanında çalışan pek çok terapist yıllar içerisinde bu yöntemin geliştirilmesine katkıda bulunmuşlardır. Bu yöntem fonksiyonel hareket paternlerini kolaylaştırmak için el temasını kullanmaktadır.

Normal hareket, çeşitli ortamlarda etkili bir şekilde yerine getirilen görev olarak tanımlanabilir ve bir alışkanlıklar zinciridir. Bu nedenle NGT uygulamalarında bir aktivite farklı ve adaptif şekillerde çalıştırılır. Amaç, motor öğrenme prensipleri doğrultusunda normal hareket, normal fonksiyon ve gerekli aktivite deneyiminin kazanılmasıdır.

Berta ve Karel Bobath bu yaklaşımı 1960'lı yıllarda doğuştan hareket bozukluğu olan bebek ve çocuklarda kullanmaya başlamışlardır. Günümüzde çocuklarla çalışan fizyoterapistler Serebralpalsili çocuklar başta olmak üzere duyu-motor bozukluklara neden olan farklı tablolarda bu yaklaşımı yaygın olarak kullanmaktadırlar. Gelişmeye açık dinamik bir yapıya sahip olan Bobath yaklaşımı ilk uygulamalardan başlayarak günümüze kadar gelişmiş ve bazı değişikliklere uğramıştır.



Bobath terapi yönteminde; fonksiyonelliği sağlamak için aktivitelerle eğitim, hareketin koordinasyonu ve dengenin geliştirilmesi, içi geçmiş aktivitelerin bir hareket akışı içerisinde çalıştırılması önem kazanmıştır.

Fonksiyon içinde hareketi aktive etmek ve günlük yaşam içinde uygulamaları sürdürmek günümüz Bobath yaklaşımının temel anlayışıdır. Bobath bir teknik değildir, rijit değil değişkendir ve hala gelişmektedir.

Uygun el teması ve yardımcı araçlarla desteklenmiş pozisyonlamalar, normal hareket ve duyu deneyimini sağlayarak, zorlu hareketlere eşlik eden kas tonusu problemlerini azaltabilir ve çocuğun fonksiyonel olmasına yardımcı olabilir. Örneğin kullanılan uygun bir sandalye ve düzenlenmiş oturma pozisyonu ile denge ve postür kontrolünü sağlayan çocuğun ellerini fonksiyonel kullanmasını destekleyebilir.

Fizyoterapistin özel el tutuş teknikleri, çeşitli adaptif cihazlar ve gerekli olduğunda pozisyonların devamlılığı için ortezler pozisyonlama için kullanılabilir.

Bobath yaklaşımı, öncelikle, Serebralpalsili çocuğun performansını gözleme, analiz etme ve yorumlama, sonrasında çocuğun potansiyelini değerlendirme ve sonuçta sınırlılıkları içinde maksimum bağımsızlık düzeyine ulaştırmayı hedeflemektedir.

Kaynakça:

Serebral Palside Fizyoterapi, Prof. Dr. Ayşe LİVANELİ, Prof. Dr. Mintaze KEREM GÜNEL.

Günde 11 Dilim Ekmek Ye Zayıfla...



İnt. Dr. Serkan TÜRELİ
Aylin URAL
Diyetisyen

Kilonun tek suçlusu ekmek değil. En büyük suçlu ekmek inancı yanlış. Diyetlerinden ekmeği çıkarırlar beslenme hatası yapıyor. Çünkü suçlu olan ekmek değil, ekmek yanında yenilen kalorisi yüksek gıdalar.

Diyetisyen Aylin Ural, ekmeğin değil, ekmek yanında yenilen kalorisi yüksek gıdaların daha suçlu olduğunu ifade ediyor.

1 dilim ekmek 70 kaloridir. Ancak ekmek yağa ya da yemek suyuna bandırıldığında kalorisi bir anda 300 kaloriye yükselebiliyor.

Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırmasında, Türk insanının beslenme alışkanlıkları incelenirken, günlük alınan enerjinin % 34 -35'nin yağdan alındığı görülmüştür. Aslında günlük almamız gereken enerjinin ancak % 25-30 civarı yağdan alınmalıdır. Yağ alımındaki %5'lik bir artış bile ayda 1 kg alınmasına sebep olabiliyor.

Dolayısıyla ekmek tüketirken yanında ne yediğinize de dikkat etmeniz gerekiyor. Türk halkının beslenme alışkanlığında ekmeğin yağa, salatının ve yemeğin suyuna bandırma alışkanlığı var. Pilavın, makarnanın olduğu sofrada ekmek tüketiliyor. Aslında karbonhidrat olan çorbanın içine ayrıca fazladan ekmek doğranıyor ya da çorba ekmele içiliyor. Çorba, makarna ve pilavın da karbonhidrat kaynağı olduğu unutulmamalıdır. Ekmek mutlaka tüketilmeli, ama dikkatli ve ölçülü yemeye özen gösterilmelidir."

Öğün içerisinde en çok ihtiyacımız olan besin öğelerinin karbonhidratlar olduğu unutulmamalıdır. Vücudumuzun tüm organları enerji gereksinimi için karbonhidratları kullanıyor. Beynin ekmeğe ihtiyacı var. Beyin dokusu enerji için sadece karbonhidratları kullanır, beyin glikoz bağımlıdır. Beynin 1 saatteki glikoz ihtiyacı 6 gr. kadardır. Dolayısıyla günlük en az 100-125 gr karbonhidrat tüketmemiz gerekmektedir.

Beyin gerekli glikoz sağlanmadığında enerjiyi başka yollardan sağlama ya çalışıyor ve yağları parçalıyor. Yağları parçalamak işlemi kulağa ne kadar hoş gelse de bahsettiğimiz yağ parça-

lanırken istenmeyen bir durum olmasına rağmen kana da geçiyor ve bu kez organlarımıza zarar veren kan yağlarını artırıyor. Beyin, enerji sağlıyor ama bu ona yeterli gelmiyor. Bu durumda beyin, kendisini korumaya alarak az çalışmaya başlıyor. Beynin uzun dönemli karbonhidrat yetersizliği durumu ise sinir sistemine zarar veriyor, hatta beynin erken yaşlanmasına neden oluyor.

Karbonhidratların B vitamini deposu olduğu, B vitamininin ise özellikle sinir sisteminin çalışmasını düzenlediği unutulmamalı. Sinir sisteminin olmazsa olmazı B vitaminleri alınmadığında yorgunluk, halsizlik, dikkat dağınıklığı, odaklanamama, sinirlilik gibi ruh halini etkileyen durumlar ortaya çıkıyor. Çok düşük karbonhidratlı diyetlerde en sık karşılaştığımız durumlardan biri olan vitamin eksiklikleri deride hasarlara yol açabiliyor. Ciltte solgunluk, döküntüler, yaralar, uçuklar görülebiliyor.

Vucuda zarar vermemek için her besinin dengeli olarak tüketilmesi gerekiyor. Aksi takdirde kilo vereyim derken sağlığımızı kaybedebiliriz. Bir öğünde 4 besin grubundan da yeterli oranda tüketmemiz gerekiyor. Et, süt, tahıl ve meyve-sebze grubu olarak ayrılan besin gruplarına baktığımızda bir öğünde her besin grubu sağlığımız için önemli. Diyetlerde de mutlaka her öğünde ekmek yenmeli. Özellikle tam tahıllı ekmekler diyet yapanlar tarafından tercih edilmeli. Ekmeği diyetlerde suçlu koltuğundan kaldırarak sağlıklı kilo verilebilir."

Özellikle karaciğer yağlanması yaşayanlar için ekmek bazlı bir diyet örneği aşağıya çıkarılmıştır. Eğer karaciğerde yağlanmanız varsa uygulamanız tavsiye edilir.

Diyet örneği 20'li yaşlarda 95 kilo ve karaciğer yağlanması olan bir erkek baz alınarak az yağlı, az kolesterolü 1500 kalori içerecek şekilde hazırlanmıştır.

DİYET ÖRNEĞİ

- ✓ Ekmek (tam buğday, kepekli, çavdar vs.): 11 dilim.
- ✓ Et : 2 köfte büyüklüğünde.
- ✓ Peynir: 3 kibrit kutusu kadar.
- ✓ Yumurta: Haftada 4 gün, 1 adet.
- ✓ Süt /Yoğurt /Kefir: 2 su bardağı.
- ✓ Sebze yemeği : 12 yemek kaşığı.
- ✓ Meyve : 4 porsyon.
- ✓ Çiğ sebze : Serbesttir.
- ✓ Yemek hakkınız olan 1 ince dilim ekmek yerine tüketebileceğiniz yiyecekler.
- ✓ Kurubaklagiller : 4 yemek kaşığı.
- ✓ Çorbalar: 1 kase.
- ✓ Pirinç pilavı, bulgur pilavı, kuskus, makarna, erişte: 3 yemek kaşığı.
- ✓ Yufka böreği : 1 etemek büyüklüğü kadar.
- ✓ Patates : 1 küçük boy
- ✓ Kestane :2 büyük boy
- ✓ Patlamış mısır : 1 su bardağı
- ✓ Diyet bisküvi: .4 adet
- ✓ Yağsız galeta : 1 küçük boy
- ✓ Leblebi : çay bardağı

SERBEST YİYECEKLER

- ✓ Çay, kahve, ıhlamur.
- ✓ Yağsız et suları.
- ✓ Salça, sirke.
- ✓ Her çeşit baharat.

YASAKLAR

- ✓ Şeker ve şekerli tatlılar (bal, reçel, pekmez, marmelat, şurup).
- ✓ Hamur işi, çörek, börek, pasta, kurabiye, çikolata.
- ✓ Alkollü içecekler, meşrubat, hazır meyve suları, hoşaf, komposto.
- ✓ Yağda kızartmalar, kavurmalar, katı yağlar, Kuruyemişler.
- ✓ Sucuk, pastırma, salam, sosis, sakatatlar.
- ✓ Bütün yağlı yiyecekler (yağlı etler, kaymak, kremalı mayonez vb.)
- ✓ İçeriği bilinmeyen hazır gıdalar.
- ✓ Listede belirtilmeyen her türlü yiyecek ve içecek.

Unutkanlığı Yenmenin Yolları

Metropol hayatının yoğun temposu, iş stresi ve yetersiz beslenme, unutkanlık sorunu yaşayanların sayısını giderek artırıyor. Beynimizin bilgileri depolama sürecinde yaşanan bellek kaybı ve unutkanlık konusunda merak edilenleri yazalım istedik.



Abbas YAĞIZ
(E) İkm. Alb.

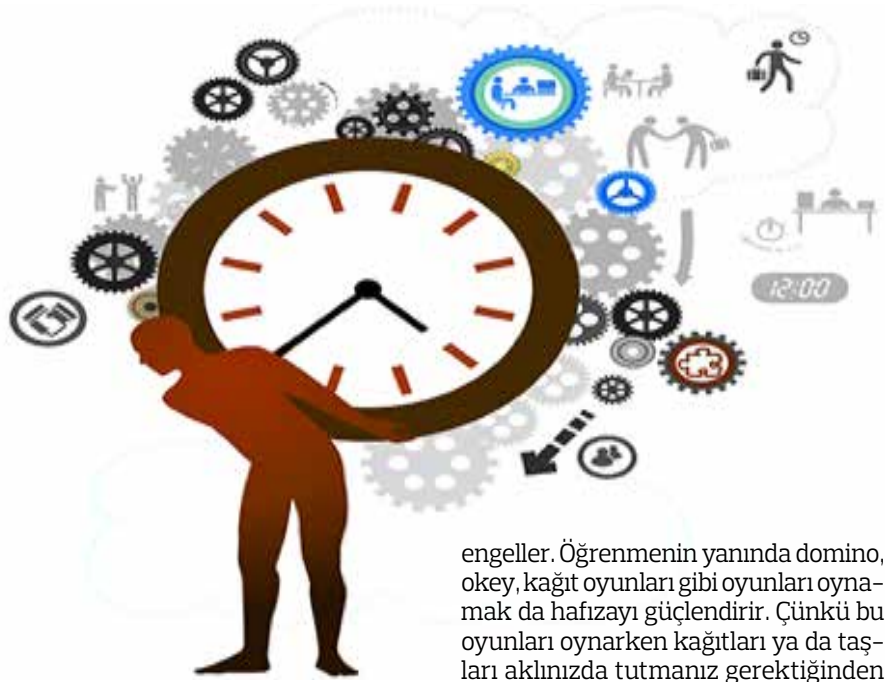
Beyinde 3 tür bellek mekanizması vardır. Çok kısa süreli, kısa süreli ve uzun süreli bellek. Çok kısa süreli bellekte mesela biri size telefon numarası söyler siz de onu yazarsınız. Bu durumda o numaranın çok kısa süre yani siz onu yazana kadar akılda tutulması yeterlidir. Dolayısıyla bu bilgi saniyeler sonra silinir. Böylece gereksiz bilgi yüklenmesi önlenmiş olur.

Kısa süreli bellekte ise edinilen bilgi 20 dakika ile 1 saat arası bir süre akılda tutulabiliyor. Mesela derste yeni işlenen bir konu gibi bilgiler sık ve gerektiği kadar tekrar edildiğinde uzun süreli belleğe yerleşiyor ve kalıcı oluyor. Mesela; cumhuriyetin ne zaman kurulduğunu herkesin hatırlıyor olması gibi. Dolayısıyla sık tekrar unutmamak için önemlidir.

İsimler, şifreler, telefon numaraları... Hatırlanacak çok şey var ve hafızayı güçlendirmek mümkün müdür? Evet! İsimleri hatırlamakta zorlanıyorsanız konuşma içinde ismini sık sık kullanın. Ya da aklınızdan o kişinin adına ve kendisine uygun bir sıfat bulun.

UNUTKANLIK NORMAL BİR ŞEY

En önemli konu aslında unutkanlığın normal bir şey olduğunu kabul etmektir. Günlük hayatın içinde yaşanan stresle birçok şey unutulabilir. Bu beyindeki bir hasardan çok konsantre olamama ya da işe çok fazla yoğunlaşma ile ilgili bir durumdur. Unuttuğunuzda endişelenmemeniz bile unutkanlığınızı engelleyecektir. Belleğinizin güçlü olduğuna inanmak belleğinizi güçlendirir. İşteki



unutkanlığı engellemenin en iyi yolu, iş listesi yapmak ve küçük not kağıtlarına not almaktır. Çalışma ortamınızda müzik, TV, gürültü gibi dikkatinizi dağıtacak şeylerden uzak durun.

Hafızayı güçlendiren bir ilaç maalesef henüz bulunamadı. Ancak vücuttaki demir, B12 vitamini eksikliği, guatr unutkanlığa yol açabilir. Bundan dolayı kan tahlilleriyle buna bakılıp gereken tedavi verildiğinde unutkanlık düzelebilir. Aslında unutkanlığın en sık nedenlerinden biri depresyondur. Burada unutkanlığın nedeni konsantre olamamaktır. Depresyonda unutkanlıkla birlikte, halsizlik, mutsuzluk, çabuk sinirlenme, uyuyamama ya da aşırı uyku, iştahsızlık gibi belirtiler de bulunur. Bu durumda depresyon düzeltilindiğinde unutkanlık da düzelecektir. Özellikle hafıza güçlendirdiği kanıtlanmış bir yiyecek yok ancak protein, vitamin ve minerallerin yeterince alınmaması ve dengesiz bir diyet unutkanlığa yol açabilir.

DİL ÖĞRENMEK ZİHNİ GELİŞTİRİYOR

Zihni çalıştırdıkça fonksiyonlarını kaybetmesi önlenir. Bunun da en iyi yolu yeni bir şeyler öğrenmektir. Bu bir dil öğrenmek olabileceği gibi yeni bir yemek ya da yeni bir örgü biçimi bile olabilir. Öğrenme konsantrasyon ve dikkat gerektiren bir eylem olduğundan bir şey öğrenirken beynin neredeyse tamamı çalışır ve beyin hücreleri sürekli aktif halde olur ve canlı kalır. Bu da unutkanlığı

engeller. Öğrenmenin yanında domino, okey, kağıt oyunları gibi oyunları oynamak da hafızayı güçlendirir. Çünkü bu oyunları oynarken kağıtları ya da taşları aklınızda tutmanız gerektiğinden hafızanın güçlenmesi için egzersiz olur. Aynı şekilde sudoku, bulmaca çözmek de zihin fonksiyonlarını çalıştırır.

Yaşlanmanın vücutta meydana getirdiği değişikliklerden biri de beyinde bir miktar küçülmedir. Fakat bu genellikle Alzheimer hastalığına yol açmaz. Yalnızca yaşa bağlı önemsiz unutkanlığa neden olur. Alzheimer hastalığına beyindeki hücrelerin önemli bir bölümünün hasarı yol açar. Ayrıca yalnızca unutkanlık değil, eskiden yapabildiği işleri yapamama -yemek, alışveriş, tamirat gibi- başka şikayetlere de neden olur. Örneğin kişi yemeği ocakta unutulabilir bu yaşa bağlı bir unutkanlıktır ama artık yemek yapamıyorsa ya da içine tuz yerine şeker atıyorsa o zaman Alzheimer hastalığı olabilir.





UNUTKANLIĞI

YENMEK İÇİN...



Belleği geliştirmenin daha bilimsel yolları da var tabii ki. Bunlardan biri mnemonik tekniktir. Bu yöntem hatırlamakta zorlanılan bilgilerin hatırlanmasında kullanılır. Örneğin; her ayın kaç çektiğini hatırlamak için parmakların kullanılması gibi. Zihninizde hatırlamak istediğiniz cisimlerin, kişilerin ya da sayıların bir resmini yaparsanız hatırlamanız kolaylaşacaktır. Günlük hayatın içinde yoğun iş temposunda stres yaşayan kişiler, genç yaşta bile olsalar pek çok şeyi unutabilirler. Bu durum çok can sıkıcıdır değil mi?

Bir şey anlatıldığında unutuyorsanız karşınızdaki anlatırken aklınızda ona sorular ya da itirazlar hazırlamaya çalışın. Bu şekilde karşınızdakini daha dikkatli dinlediğinizi siz de fark edeceksiniz. Yapılan araştırmalara göre, bazı yiyecekleri daha fazla tüketerek hafıza, algılama yeteneği ve dikkati artırıp, daha **hızlı** düşünebilmek mümkün.

Bunun için beynimizin ihtiyaç duyduğu besinleri bilmemiz ve yememiz yeterlidir. Tüm bunların yanında **spor** yapmayı da ihmal etmemekte fayda var.

Yapılan araştırmalar birçok gıdanın beynin **çalışmasını** doğrudan etkilediğini göstermiştir. Beyin mükemmel bir yöneticidir ve tıpkı bir orkestra şefi gibi vücudumuzdaki sinir iletilerinin bir hücreden diğerine taşınmasını yönetir. Bunu yaparken vücudumuzda sinirsel iletileri denilen kimyasal maddeler salgılanır. Beynimiz, bedensel, duygusal ve davranışsal konularda tüm **mesajları** bu kimyasal maddeler aracılığıyla ilgili hücrelere gönderir.

Beynin performansı söz konusu olunca en önemli öğün kahvaltıdır. Her gün düzenli olarak kahvaltı yapan kişilerin diğerlerine oranla daha başarılı ve **verimli** oldukları görülmüştür. Kahvaltı alışkanlığı olmayan kişilerde gün içinde konsantrasyon kaybı görülmektedir. Kahve içmek uykuyu açsa bile vücuda enerji ve besin ögesi olarak hiçbir katkı sağlamaz. Üstelik kahve, daha sonra alınan bazı besinlerin vücutta kullanımına engel olarak, zarar bile verebilir.

Böylece kahve içen kişi bir süre sonra kendini yorgun hissetmeye başlar. Ayrıca kahve, matematiksel ve mantıksal becerileri de olumsuz yönde etkiler. Yoğun bir güne başlarken; peynir, süt, yumurta gibi protein içeren besinlerden oluşan bir kahvaltı, şekerli çay ve simitten oluşan bir kahvaltıya kıyasla çok daha iyi sonuç alınmasını sağlar.

Beynin sürekli aktif olması dikkat ve konsantrasyon açısından zengin olması yediğimiz yiyeceklerle bağlı. Kısaca özetlemek gerekirse protein, karbonhidrat, vitamin ve minerallerden oluşan bir beslenme **programı** ile beynin performansını artırmak mümkün.

Balık, yeşil yapraklı sebzeler, lahanagiller ve tahıl içerikli bir diyetle günümüzde hayli yaygınlaşan unutkanlık sorununu çözebilirsiniz. Genç yaşlarda başlayan, pek önemsemediğimiz hafif unutkanlıklar ileride karşımıza hafıza kaybı hastalığı olarak bilinen Alzheimer'i çıkartabilir.

Alzheimer vakalarının son yıllarda giderek artması nedeniyle yapılan araştırmalarda, kolin adlı maddenin hafıza **depolanmasında** önemli rol oynadığı, eksikliğinde ise unutkanlığın devreye girdiği ortaya çıktı.

Bu hastalara kolin açısından zengin olan yeşil yapraklı sebzeler, soya fasulyesi, yumurta sarısı, lahanagiller özellikle de karnabahar ve sakatatlarda bulunan lesitin maddesi verildi ve hafıza kaybında düzelme kaydedildi. Öğrenme yeteneğini geliştiren ve hafıza için hayati önem taşıyan kolin maddesi doğada en çok anne sütünde bulunuyor.

Bu nedenle uzmanlar beynin hafıza ile ilgili bölümünün, bebeklikte yeterli kolin alınması ile gelişebileceğini belirtiyorlar. Gelişmiş ülkelerde bebek mamalarına kolin maddesi ekleniyor. Kolin, anne sütünden sonra en çok soya **ürünleri**, yeşil yapraklı sebzeler, karnabahar ve yumurta sarısında bulunuyor.

Sağlıklı beslenmenin yanı sıra sabah ve akşam 30'er dakikalık yürüyüş yapmak da çok faydalı. Çünkü beynimizin yeterli oranda oksijen alması için egzersizlere de ihtiyacı var.

- ✓ Bol sebze ve meyve tüketin.
- ✓ Bol su için.
- ✓ Vaktinizi arkadaşlarınız ve ailenizle geçirin.
- ✓ Stresten uzaklaşın.
- ✓ Fındık, ceviz, badem, çekirdekli kuru üzüm, yeşil sebzeler, böğürtlen, yaban mersini, üzüm suyu, elma, kepekli pirinç ve balık tüketimi ile folik asit takviyesini ihmal etmeyin.
- ✓ Dinlenmenize dikkat edin ve düzenli egzersiz yapın, özellikle yürüyüş yapın.
- ✓ Alkolden uzak durun.
- ✓ Ajanda kullanın, bol bol not alın.
- ✓ Yeni hobiler edinin, müzikle ilgilenin.
- ✓ Gönüllü çalışmalara katılın.
- ✓ Vücut açısından bazı maddelerin ve vücut sağlığının korunması beyin için gerekli olduğundan, ağır diyetler ve uzun süren açlıklardan kaçının.
- ✓ Bulmaca çözün (Amasürekli olarak değil).
- ✓ Kitap okuma, müzik dinleme gibi uğraşlara konsantre olun.
- ✓ Sosyal ilişkilerinizi geliştirin.

Gecikmiş Konuşma ve Disleksi İlişkisi



Ferat BAT

TSK Elele Vakfı

Diyarbakır Özel Eğitim ve

Rehabilitasyon Kurum Müdürü

Dil ve konuşma birbirinden farklıdır. Dil, insanların birbirleriyle duygu ve düşüncelerini paylaşmak amacıyla kullandığı ortak kuralları sistemidir. Bir dil, yalnızca konuşma dilini akla getirmemelidir; yazı ve işaret kullanımı da bir dildir. Konuşma ise bu duygu ve düşünceleri içeren kuralların gerekli organlar yardımıyla fiziksel olarak üretildiği sistemdir.

Bir çocuk duygu ve düşüncelerini aktarmak için gerekli dilbilgisine sahip olabilir fakat konuşma organları (dil, dudak vb.) işlevini gerektiği şekilde yerine getiremediğinden konuşamayabilir. Diğer yandan, başka bir çocuk konuşma organları işlevini kusursuz yerine getirdiği halde dil gelişimindeki bir aksaklık nedeniyle konuşamayabilir, ya da her ikisi de aynı anda görülebilir.

Bir çocuk eğer başkalarının söylediklerini anlamakta (alıcı dil) veya duygularını, düşüncelerini yeterli düzeyde sözel olarak aktarmakta (ifade edici dil) güçlük yaşıyorsa o zaman bu bir **dil bozukluğudur**.

Diğer yandan eğer bir çocuk konuşma seslerini doğru veya akıcı bir şekilde üretmekte zorluk yaşıyorsa o zaman bu bir **konuşma bozukluğudur**.

Dil ve konuşma sorunları çocuklarda birbirinden ayrı olarak veya birlikte de görülebilmektedir.



NORMAL DİL VE GELİŞİMİ

Çocuğun işitme sistemi, anne karnına 6-7 ayda iyice gelişmektedir ve sesi duymaya başlar. Bebek kendi anadiline ait vurgularla ve amniyo sıvısı yoluyla kendisine ulaşan annesinin sesiyle de çok ilgilidir. Bu şekilde, konuşma ritimleri, doğduğunda çocuğun beynine yerleşmiş olur.

Doğumdan sonra bebekler konuşmalarını sağlayacak organları henüz zihinsel ya da fiziksel olarak denetleyemese de, çoğu zamanlarını annelerinin sesini dinleyerek geçirir ve dil ile ilgili her türlü bilgiyi kaydederler. Bebeğiniz, beslenme ya da alt değiştirme sırasında sesinize tekme atarak ya da agulayarak tepki verir. Olumlu duygularını size gülümseyerek olumsuzları ise ağlayarak anlatır.

Agulamak, gülmek ve anlamsız sesler çıkarmak bebeklerin ilk konuşma girişimleridir. İlk anlamlı sözcükler on ikinci aydan sonra üretilmeye başlar. Bu noktada bireysel farklılıklar olabilmektedir: bazı bebekler anlamlı sesler çıkarmak için sürekli çabalarırken bazıları buna hazır olana kadar bekleyebilirler. On sekizinci aydan sonra bebeklerin yeni sözcük öğrenme süreçleri oldukça hızlanır ve bir haftada bile büyük değişimler görülebilir. Sözcükleri birleştirerek, yerlerini değiştirerek belirli hece veya sesler ekleyerek vb. kuralları kullanarak farklı anlamlar üretebilmek gerekir, bu dilbilgisidir.

Çocuklar 2 yaşından önce dilbilgisini sözcüklerle birlikte jest-mimik gibi işaretleri kullanarak gerçekleştirmektedir. 2 yaş civarı çocuklar sözcükleri birleştirerek farklı anlamlar oluşturmak için işaretleri azaltarak dilbilgisel kurallardan faydalanmaya başlarlar. 2.5 yaşından sonra sözcük dağarcıkları hızla gelişmekte, ürettikleri cümleler anlamsal ve dilbilgisel açıdan zenginleşmektedir. 4-5 yaşına gelindiğinde artık çocuklar bir yetişkine isteklerini, ihtiyaçlarını, ilgilerini uzun ve karmaşık cümlelerle zorlanmadan ifade edebilmekte ve çevresinde duyduğu şeylerin çoğunu rahatlıkla anlayabilmektedir.



COCUĞUMUN YAŞADIĞI GEÇİCİ BİR GECİKME Mİ, YOKSA BİR BOZUKLUK MU?

Çocuklar bazı becerilerde yaşlarına göre geri kalabilir; bunu kısa sürede toparlayabilir, hatta, daha da iyi olabilirler. Bir çocukta yürüme, yemek yeme, tuvaletini karşılama gibi becerileri normal gelişirken konuşması gecikebilir. Tüm çocukların genel kabul görmüş aynı



veya benzer gelişim aşamaları vardır; bunun yanında, bazı çocukların kendine özgü bir gelişim zamanlaması olabilir ve konuşmaya yaşlarından biraz erken veya geç başlayabilir. Çocuğum hala konuşmuyor. Çocuğum kendini farklı şekilde ifade ediyor. Çocuğumun söyledikleri kolaylıkla anlaşılıyor.

Aileler yada bu konuda uzman olmayan tarafından ayrımına varılması güç nokta çocuğun konuşmasının gecikmiş mi yoksa bir dil veya konuşma bozukluğu mu olduğu ve bunlardan öte bu sorunu kendi başına aşım aşamayacağıdır.

"Konuşur daha bekleyin"

"Amcası/dayısı/teyzesi/kardeşi vb. de geç konuşmuştu"

"Einstein da zaten okula başlarken konuşmuş"

Bu düşünce biçimi ailelerin de "bekleyip görelim" tarzı bir yaklaşım sergilemelerine ve bu ailelerden çocukları yaşlarıyla aynı gelişimi yakalayanların da benzer bir yaklaşımı kulaktan kulağa teskim edici bir tür halk inanışı şekline getirmelerine sebep olmaktadır.

Gerçek şudur ki, dünyanın birçok ülkesinde yapılan çalışmalarda okul öncesi ve okul çağındaki çocukların neredeyse % 10'undan fazlası dil ve konuşma bozukluğuna sahiptir. Basit bir ifadeyle, bu çevrenizdeki her 10 çocuktan birisi demektir. Yani doktorunuzun veya çevrenizin örnek gösterdiği geç konuşan abi, abla, amca, teyze, komşu çocuğu v.b.'den birçoğu dil ve konuşma sorunundan muzdariptir. Bilinen bir diğer gerçek de konuşması gecikmiş çocukların birçoğunun bunu dil ve/veya konuşma bozukluğu olarak okul çağına ve yaşamlarının daha sonraki dönemlerine kadar devam ettirdikleridir.

Yani eğer çocuğunuzun iletişiminde bir gecikmeden, bozukluktan yada farklılıktan şüpheleniyorsanız bunu bir dil ve konuşma bozuklukları uzmanının değerlendirmesini ve gerekiyorsa eğitim görmesini sağlamak çok önemlidir

DİL GECİKMESİNE VEYA BOZUKLUĞUNA ETKİ EDEBİLECEK BAZI RİSKLER

Dil gelişimi geriliğine veya bozukluğuna yol açabilecek birçok faktör bulunmaktadır. Bunlar Genetik faktörler, Ebeveyn etkisi, İşitme kayıpları, Bilişsel, Nörolojik veya Gelişimsel Bozukluklardır.

Aileler ve uzmanların bunu dikkate alması ve zamanında yönlendirmesi önemlidir. 18 aylık olan, diğer çocuklarla

oynamak istemeyen ve kendini ifade etmekte güçlük yaşayan bir çocuğun dil ve konuşma problemi olabilir ama aynı zamanda bunlar otizmin belirtileri de olabilir. Konuşması geciken bir çocuk için tüm ailelerin en kötü senaryoyu düşünmek gibi bir davranış içerisine girmemeleri gerekir. Fakat problemin erken fark edilmesi önemlidir. Bu tür bir durum çıkması durumunda bile erken bir tanı ve müdahale problemin çözümünde daha hızlı yol alınmasını sağlayacaktır.

AİLELER NE YAPMALI?

Aileler uzman olmayan diğerlerinin söylediklerini dinleyerek veya rahat bir şekilde çocuklarının her halükarda konuşma açısından yaşıtlarını yakalayacaklarını tahmin ederek vakit geçirmemelidir. Eğer çocuğunuzun dil veya konuşma gelişimi konusunda şüpheleniyorsanız bir uzmana başvurup çocuğun sözel dili anlamasını ve ifade etmesini test ettirerek, ölçekler yardımı ile çocuğun çevresiyle iletişimini doğal ortamda değerlendirerek, gelişimi etkileyebilecek faktörleri belirleyerek aileye bundan sonra neler yapmaları gerektiği konusunda danışmanlık hizmeti verecektir.



DİSLEKSİ

Yazılı bir metni çözümlemekte (harf ve ses ilişkisini kurarak, kelimeleri doğru olarak okumak) ile ilgili olan disleksi, okuma faaliyetinin doğruluğu ve okumanın akıcılığı yetileri otomatik hale gelmediği zaman kendini gösteren bir durumdur. Dislektik çocuğun okuma güçlüğü belirtileri okuma yazma öğrenimi süreci ile başlar. Bu yüzden çocuk birkaç yıl eğitim alana kadar disleksi tanısı konulamaz. Ancak okuma yazma becerilerinin gelişimi için gerekli olan pek çok temel beceri vardır. Bu becerilerde gözlenen yetersizlikler, risk faktörü taşıyan bireylerin fark edilebilmesi için önemli ipucu niteliği taşımaktadır.

Dislektik bir çocuk harfleri tanımakta, harfleri seslendirmekte, bu becerileri otomatikleştirmekte ve hızlı bir şekilde çözümlemekte zorlanır. Dislektik öğrencilerin sesli okumaları yaşlarına, okul düzeylerine ve aldıkları eğitime göre beklenenden daha yavaş ve yanlıştır.

Disleksili pek çok insan ezber gerektiren sıralamaları (örneğin: alfabedeki harf dizinleri, çarpım tablosu, aylar) öğrenmekte ve yön zaman kavramlarını (örneğin, sağ/sol) ayırt etmekte zorlanırlar.

GENEL OLARAK YAPILAN OKUMA HATALARI SUNLARDIR:

- ✓ Benzer/Sesteş harfleri karıştırma: d-b-p, m-n, t-f / b-p, t-d, f-v, s-z
- ✓ Harf sırasını ters algılama: çok = koç ; en = ne ; ve = ev ...
- ✓ Harf atlama: kabak = kabk
- ✓ Alfabeyi öğrenme güçlüğü
- ✓ Aşına olunmayan veya nadiren kullanılan kelimeleri okuma ya da telaffuz etme güçlüğü

GENEL OLARAK YAPILAN EN YAYGIN YAZIM HATALARI SUNLARDIR:

- ✓ Harfleri karıştırma
- ✓ Benzer sesteki harfler: b-d-t; f-v; k-g...
- ✓ Benzer görünüşteki harfler: b-d; n-u ; i-i; o-ö; u-ü; a-e...
- ✓ Hem benzer seste hem de benzer görünüşte olan harfler: b-d; m-n; o-ö; u-ü....
- ✓ Harf atlama
- ✓ Yan yana gelen aynı iki sessiz harf: attı = atı; bakkal = bakal
- ✓ Harf ekleme
- ✓ Hece tekrarı: Kafeterya = kafefeterya



TEDAVİDE NASIL BİR YOL İZLENMELİ

Öğrenme bozukluğu olan çocuk ve gençlerin eğitimi sadece normal sınıflardaki müfredat programıyla gerçekleşmemekte, özel ve ek bir takım derslere ihtiyaç duyulmaktadır. Destek eğitim için değerlendirme sonucu oluşturulan özel eğitim programı ve eğitsel müdahaleden yararlanılmalıdır. Sınıf ortamında öncelikle duygusal olarak güvenli bir çevre oluşturulmalıdır. Bu çevre içinde çocukların hem bireysel farklılıkları hem de farklı gereksinimleri olabileceği kabul edilerek eğitim verilmelidir. Çocuğun benlik saygısını geliştirmek için, sınıf içinde ve dışında onun güçlü yönlerini ortaya çıkarak ortamlar hazırlanmalıdır. Çocuğun dikkatini artırmak ve derse ilgisini sürdürmek için yönergeleri net bir biçimde vermek ve öncesinde dikkati çekici bir giriş yapmak gereklidir. Sınıfta bağırarak konuşan bir öğretmen bu çocukları çok tedirgin eder. Öğretmen yavaş ve açık konuşmalıdır. Sık sık okuma çalışmaları yapılmalı, bu çalışmalar sırasında sözcükler sesli olarak okunurken çocuk yazıyı görmeli ve parmağını hareket ettirerek takip edebilmelidir. Okunan materyalin

güçlük düzeyi önemli değildir. Eğer ilgisini çekiyorsa bu amaçla ansiklopediler bile kullanılabilir. Beş sözcüklük kelime listeleri oluşturun, gruplara bölün ve her gün bir grubu çalışın. Örneğin önce kelimeleri ezberletin, bunları aklından yazın, sonra kağıda yazın. Siz hatalarını düzelttikten sonra yeniden yazması sağlanmalıdır. Matematik problemlerinde zorlanıyorsa; her gün 15 dakika önceki adımları kullanarak matematik çalışın. Yenilere geçmeden önce eski konuları gözden geçirin. Bu çalışmaları çocuğun aşırı zorlanıp, duygusal bir kızgınlık yaşamadan sonlandırmaya özen gösterin. Harfleri ters yazıyorsa; okul eşyalarıyla taşıyabileceği bir kartonun üstüne alfabedeki harfleri yazın. Bir harfin nasıl yazılacağından emin olmadığınız zamanlar bu kartı kullanabilir. (Harfleri ters yazmak 7 yaşına kadar normaldir.) Bu sorunu rakamlarla da yaşıyorsa aynı yöntemi uygulayabilirsiniz. Bu çocuklar sınıfta en ön sıraya oturtulmalıdır. Tahtaya yazılanlar büyük ve düzgün olmalı, çocuğa defterine geçirebilmesi için fazladan zaman tanınmalıdır. (Anlatılanları not almakta zorlandıkları zaman teyp kullanmalarına kolaylık sağlanabilir.) Çalışma sırasında uygun noktalarda mola vermek, verilen bilginin alınıp alınmadığını sınamak gerekir. Ödevler sıkıcı ve monoton olmaktan çıkarılıp canlı ve ilgi çekici bir görevle birleştirilmelidir. Çok fazla ödev verilmeden, yapabileceği olabileceği ödevler ile başarı duygusunu yaşamasını sağlamak, başarısızlık deneyimlerini azaltacak önlemler almak yararlı olur. Verilen ödevin alındığından emin olmak ve dönüşte kontrolünü yapmak gerekir. Yazılı yerine sözlü sınav yapılabilir.

GEÇİKMİŞ KONUŞMA VE DİSLEKSİ İLİŞKİSİ

Gecikmiş konuşmada çocuk başkalarının söylediklerini anlamakta (alıcı dil) veya duygularını, düşüncelerini yeterli düzeyde sözel olarak aktarmakta (ifade edici dil), konuşma seslerini doğru veya akıcı bir şekilde üretmekte zorluk yaşar. Dil gelişimi geriliğine veya bozukluğuna yol açabilecek birçok faktör çocuğun öğrenmesini ve okul çağına geldiğinde Sesleri, kelimeleri, harfleri hatırlamada güçlük, bu seslerin, harflerin yazımında ve seslendirilmesinde zorluk yaşamaktadırlar, Disleksi olan çocukların bir çoğunda gecikmiş konuşma ve konuşma bozukluğu görülmektedir.

Bu konuda araştırmalar gayet açık ve nettir: çocuk ne kadar erken eğitime başlarsa ilerlemesi o kadar hızlı olur. Bu yalnızca dil ve konuşma için değil tüm gelişim alanları için geçerlidir.

Kaynakça

- Disleksi Hakkında Bilgi" www.disleksi.org
Ertürk, Suna, Karlıdağ, Fetanet: "Öğrenme Güçlüğü Olan Çocuklar" Bilim ve Akıl Aydınlığında Eğitim Dergisi, Sayı: 39, Yıl: 2003.
İrmak, Olcay, Yazgünoğlu, Yasemin: "Disleksi (Öğrenme Bozukluğu)"
Korkmazlar, Ümran: "Öğrenme Bozukluğu (Disleksi)"
Feit, D., & Feldman, H. M. (2007).
Karmiloff, K. & Karmiloff-Smith, A. (1998). Everything your baby would ask if only he/she could talk, Cassell/ Ward Lock, London.
Paul, R. (2001). Language Disorders From Infancy Through Adolescence: Assessment & Intervention. St Louis: Mosby.

Trafik Kazalarında Yapılması Gerekenler...

“Trafik kazası olduktan sonra fotoğraflar çekilmeden asla kaza yerini terk etmeyin. Trafik kazasına karışan sürücülerden birinin alkollü olduğu şüphesi var ise yada alkollü ise, ehliyetsiz veya ehliyetli ama bu aracı kullanmaya yetkili değilse, araçlardan birinin poliçesi yok ise, resmi plakalı yada kamu aracı ise, üçüncü kişilerin eşyalarına veya malına zarar verilmiş ise ve yabancı plakalı araç ise mutlaka olay yerine polis yada jandarma bölgesi ise jandarma çağrılmalı ve maddi hasarlı trafik kazası tutağı tutturulmalıdır.”



Serhat HANCI

1. MADDİ HASARLI TRAFİK KAZASINA KARIŞMIŞ İSENİZ NE YAPMALISINIZ?

a. TEK TARAFLI MADDİ HASARLI KAZALARDA,

Tek taraflı maddi hasarlı trafik kazalarında karşı tarafta kusurlu bir araç olmadığı için kendi aracınızın trafik sigortası da bir işe yaramayacağından ancak kasko poliçeniz var ise kendi maddi zararınızı sigortanızdaki teminatlar dahilinde karşılayabilirsiniz.

Ancak bazı sigorta şirketleri bir kereye mahsus küçük onarımlarda bundan sonraki sigorta yaptırırken kaza risk puanınızı arttırmadan poliçe yenileme işlemi yapabilmektedir. Aksi takdirde çok küçük hasarlarda sigortalının bu hasarı kendi yapması menfaatinedir. Çünkü sonraki dönemde Kasko poliçesi yaptırdığınızda risk analizi gereği riskli kabul edileceğinizden sigorta sözleşmesi yaptırırken priminiz artacaktır.

Kazada ölüm yada yaralanma var ise ve üçüncü kişilerin eşyalarına veya malına zarar verilmiş ise mutlaka polis yada jandarma kaza yerine çağrılmalı ve tutanak tutturulmalıdır.

b. ÇİFT TARAFLI MADDİ HASARLI KAZALARDA,

Çift taraflı maddi hasarlı trafik kazalarında dikkat edilecek önemli konular şunlardır.

(1) Kazaya karışan sürücüler kendi arasında anlaşılıyorlar ise maddi hasarlı kaza tutanağı tutulur ve imzalanır.

Karşılıklı olarak ruhsat ehliyet polise ve tutanaktan bir suret karşılıklı verilir. Trafik kazası olduktan sonra fotoğraflar çekilmeden asla kaza yerini terk etmeyin. Bisiklet, elektrikli bisiklet, motor hacmi 50 cm den küçük motorlu bisiklet, at arabası vb. ve halk arasında pat pat denilen araçların karıştığı kazalarda bu araçların trafik sigortası yaptırma zorunluluğu olmadığı için sigorta kapsamında zararınızı karşılamamız mümkün değildir. Bu gibi durumlarda ancak bu araçların sürücü yada araç sahiplerinin kusuru var ise hukuk davası açmanız gerekmektedir.

(2) Şayet trafik kazasına karışan sürücülerden birinin alkollü olduğu şüphesi var ise yada alkollü ise, ehliyetsiz veya ehliyetli ama bu aracı kullanmaya yetkili değilse, araçlardan birinin poliçesi yok ise, resmi plakalı yada kamu aracı ise, üçüncü kişilerin eşyalarına veya malına zarar verilmiş ise ve yabancı plakalı araç ise mutlaka olay yerine polis yada jandarma bölgesi ise jandarma çağrılmalı ve maddi hasarlı trafik kazası tutağı tutturulmalıdır.

(3) Aracınız üst model ise mutlaka değer kaybı için eksper raporu ile kusurlu aracın sigorta şirketinden talepte bulunmanız gerekmekte ve yeterli değer kaybı ödenmediğine karar vererseniz (piyasa rayiç fiyatı ile kıyaslayarak) ya direkt kendiniz yada vekil avukatınız vasıtasıyla Sigorta Tahkim Komisyonuna başvurmanız gerekmektedir.

2. ÖLÜM YADA SAKATLIK TAZMİNATLARININ ALINMASI İÇİN NE YAPMALISINIZ?

Meydana gelen Trafik kazasında ölüm yada sakatlanma var ise kusurlu

aracın sigorta şirketleri kusuru nispetinde kaza tarihindeki poliçe teminatıyla sorumludur. Ancak halkımızda “sanki her kaza geçiren poliçede yazılı kişi başına ölüm yada sakatlık tazminatı limitini alacakmış gibi” bir yanlış anlama vardır. Oysa kaza tarihindeki kusurlu aracın poliçesindeki ölüm yada sakatlık teminatındaki kişi başına teminat Bu sigorta şirketinin ödemekten sorumlu olduğu üst limiti gösterir. Yani her kaza mağduru bu limiti alamaz ancak kriterleri tutuyorsa alabilir. Bu kriterlerin neler olduğu kazada “ALINACAK TAZMİNAT MİKTARI NEYE GÖRE HESAPLANIR” da anlatılacaktır.

a. TEK TARAFLI KAZALARDA ÖLÜMLÜ YADA SAKATLIK TAZMİNATLARI.

(1) Sürücü yada araç sahibi açısından vefat yada sakatlık tazminatları.

Bilindiği üzere sigorta şirketlerindeki teminatlar üçüncü şahıslara verilen bedeni zararlar içindir. Araç sürücüsü ve araç sahibi (sigortalı yada araç işleteni olarak) birinci şahıs olduğundan trafik sigortasından ölüm yada sakatlık tazminatı alamazlar.

Ancak kasko poliçesi yaptırmış ise teminatları dahilinde tazminat alabilirler.

2-Araç içindeki yolcular açısından ölüm yada sakatlık tazminatları.

Araç içinde yolcu durumunda bulunan kişiler sigorta dilinde üçüncü şahıs olduklarından trafik kazası sonrasında yaralanmış yada vefat etmiş ise kusurlu aracın poliçesindeki teminatlar dahilinde tazminat hesabı yapılarak sigorta şirketlerince ödeme yapılır.

b. ÇİFT TARAFLI KAZALARDA ÖLÜMLÜ YADA SAKATLIK TAZMİNATLARI.

1-Sürücü yada araç sahibi açısından vefat yada sakatlık tazminatları.

Araç sürücüsü ve araç sahibi (sigortalı yada araç işleteni olarak) ancak kazaya karışan diğer araçların kusuru oranında tazminat alabilirler. Yani araç sürücüsü veya araç sahibi bu kazaya karışan diğer sürücülerin kusuru ne kadarsa o kusur oranına denk gelen tazminatı alabilirler.





Ancak kasko poliçesi yaptırmış iseler kendi kasko teminatları dahilinde de ayrıca ikinci bir tazminat daha alabilirler.

2-Araç içindeki yolcular açısından ölüm yada sakatlık tazminatları.

Araç içinde yolcu durumunda bulunan kişiler sigorta dilinde üçüncü şahıs olduklarından trafik kazası sonrasında yaralanmış yada vefat etmiş ise kusurlu araçların tümünden (kaç tane kusurlu araç var ise) poliçelerindeki teminatlar dahilinde tazminat hesabı yapılarak sigorta şirketlerince ödeme yapılır.

3. SİGORTA ŞİRKETLERİNDEN ALINAN ÖLÜM VE SAKATLIK TAZMİNAT MİKTARLARI NEYE GÖRE HESAPLANIR?

1-Ölüm tazminatlarının hesaplanması kriterleri nelerdir.

Sigorta poliçesinde ölüm tazminatı olarak yazılan teminatın hukuk literatüründeki ismi "**DESTEKTEN YOKSUN KALMA TAZMİNATI**"dır. Yani trafik kazasında kim desteğini kaybetmiş ise kaybedilen destekten dolayı uğrılan bir zarar vardır ve bu zararın hesaplanıp ödenmesi gerekmektedir. Bu zararın hesaplanmasında aile bağı aranmamaktadır. Önemli olan trafik kazasında ölenin kendisine desteğinin ispatlanmasıdır.

18 yaşından küçükler vefat ettiğinde, şayet vefat etmeseydi gelecekteki farazi gelir hesabı asgari ücretten hesaplanarak destek hesabı yapılmakta ve anne- babaya bu tutar tazminat olarak ödenmektedir. Bu hesaplamada tazminatı etkileyen en büyük şey anne ve babanın yaşı ve ölen çocuğun yaşının kaç olduğudur. Anne ve babanın yaşı çok ileri yaşlarda ise kalan ömrü az olduğundan ve destek alma yaşı azalmış olduğundan tazminat miktarı düşmektedir.

Ancak 18 yaşından büyüklerde tazminat hesapları;

1. Evli ise eşi ve çocukları için bekar ise anne ve babası için ayrı ayrı hesaplanır ve ödenir. Bekar vefatlarında anne ve baba daha önce vefat etmişler ise kimse tazminat alamaz.

Biri yaşıyorsa yalnız kendi payını alır.

Ölüm tazminatlarında tazminat miktarını en çok etkileyen unsurlar şunlardır.

A. Ölenin geliri. (memur ise maaş bordrosu esnaf ise kaza tarihindeki vergi levhası ve kar-zarar bilançosu). Vergilendirmiş geliri belgelemeyenlerin ve öğrenci, ev hanımı ve işsizlerin tazminat hesabı asgari ücretten hesaplanır.

B. Ölenin ve geride desteğinden yoksun kalan kişilerin kaza tarihindeki yaşları (tazminatı alacak olan çocuklardan kız çocukları üniversitede okuyor ise ve bekarsa 24 yaşına kadar erkek çocuklar ise 22 yaşına kadar tazminat alabilirler)

C. Geride desteğinden yoksun kalan kişilerin sayısı. (her daim geride kalan resmi nikahlı eş tazminat alır. (imam nikahlı eş ispatlanırsa tazminat alır) Ancak çocukların tazminat alabilmesi için ya 18 yaşından küçük olmaları gerekir yada üniversitede okuyorsa ve bekarsa kız çocukları 24 yaşına kadar erkek çocuklar ise 22 yaşına kadar tazminat alabilirler)

D. Ölenin var ise kazadaki kusuru.

MADDİ HASARLI TRAFİK KAZASI TESPİT TUTANAGI			
DİKKAT!			
1) Kaza tespit tutanağının geçerli olduğu şekilde düzenlenmiştir. Gerçeğe uygun tutanak düzenlenmesi özel evrakta sakatlık tazminatı için, özel yargıdan elde edilmesi dışında, bu kişiler için yabancılara karşı sorumluluk ve poliçe yükümlerinde yabancılara prim uygulanmaz.			
2) Trafik kazası için kaza yerinde belirlenen gerekli bilgiler; Mülkiyet hakkı ve trafik sigortası ile ilgili bilgilerin, tazminatı düzenlenmesi için doldurulmalıdır.			
1- Kaza Tarihi	2- Kaza Yeri	3- Kaza Zamanı	4- Kaza Zamanı
5- Sigorta Tutarları	6- Sigorta Tutarları	7- Sigorta Tutarları	8- Sigorta Tutarları
A- Kaza Tutarları			
B- Kaza Tutarları			
C- Kaza Tutarları			
D- Kaza Tutarları			
E- Kaza Tutarları			
F- Kaza Tutarları			
G- Kaza Tutarları			
H- Kaza Tutarları			
I- Kaza Tutarları			
J- Kaza Tutarları			
K- Kaza Tutarları			
L- Kaza Tutarları			
M- Kaza Tutarları			
N- Kaza Tutarları			
O- Kaza Tutarları			
P- Kaza Tutarları			
Q- Kaza Tutarları			
R- Kaza Tutarları			
S- Kaza Tutarları			
T- Kaza Tutarları			
U- Kaza Tutarları			
V- Kaza Tutarları			
W- Kaza Tutarları			
X- Kaza Tutarları			
Y- Kaza Tutarları			
Z- Kaza Tutarları			
AA- Kaza Tutarları			
AB- Kaza Tutarları			
AC- Kaza Tutarları			
AD- Kaza Tutarları			
AE- Kaza Tutarları			
AF- Kaza Tutarları			
AG- Kaza Tutarları			
AH- Kaza Tutarları			
AI- Kaza Tutarları			
AJ- Kaza Tutarları			
AK- Kaza Tutarları			
AL- Kaza Tutarları			
AM- Kaza Tutarları			
AN- Kaza Tutarları			
AO- Kaza Tutarları			
AP- Kaza Tutarları			
AQ- Kaza Tutarları			
AR- Kaza Tutarları			
AS- Kaza Tutarları			
AT- Kaza Tutarları			
AU- Kaza Tutarları			
AV- Kaza Tutarları			
AW- Kaza Tutarları			
AX- Kaza Tutarları			
AY- Kaza Tutarları			
AZ- Kaza Tutarları			
BA- Kaza Tutarları			
BB- Kaza Tutarları			
BC- Kaza Tutarları			
BD- Kaza Tutarları			
BE- Kaza Tutarları			
BF- Kaza Tutarları			
BG- Kaza Tutarları			
BH- Kaza Tutarları			
BI- Kaza Tutarları			
BJ- Kaza Tutarları			
BK- Kaza Tutarları			
BL- Kaza Tutarları			
BM- Kaza Tutarları			
BN- Kaza Tutarları			
BO- Kaza Tutarları			
BP- Kaza Tutarları			
BQ- Kaza Tutarları			
BR- Kaza Tutarları			
BS- Kaza Tutarları			
BT- Kaza Tutarları			
BU- Kaza Tutarları			
BV- Kaza Tutarları			
BW- Kaza Tutarları			
BX- Kaza Tutarları			
BY- Kaza Tutarları			
BZ- Kaza Tutarları			
CA- Kaza Tutarları			
CB- Kaza Tutarları			
CC- Kaza Tutarları			
CD- Kaza Tutarları			
CE- Kaza Tutarları			
CF- Kaza Tutarları			
CG- Kaza Tutarları			
CH- Kaza Tutarları			
CI- Kaza Tutarları			
CJ- Kaza Tutarları			
CK- Kaza Tutarları			
CL- Kaza Tutarları			
CM- Kaza Tutarları			
CN- Kaza Tutarları			
CO- Kaza Tutarları			
CP- Kaza Tutarları			
CQ- Kaza Tutarları			
CR- Kaza Tutarları			
CS- Kaza Tutarları			
CT- Kaza Tutarları			
CU- Kaza Tutarları			
CV- Kaza Tutarları			
CW- Kaza Tutarları			
CX- Kaza Tutarları			
CY- Kaza Tutarları			
CZ- Kaza Tutarları			
DA- Kaza Tutarları			
DB- Kaza Tutarları			
DC- Kaza Tutarları			
DD- Kaza Tutarları			
DE- Kaza Tutarları			
DF- Kaza Tutarları			
DG- Kaza Tutarları			
DH- Kaza Tutarları			
DI- Kaza Tutarları			
DJ- Kaza Tutarları			
DK- Kaza Tutarları			
DL- Kaza Tutarları			
DM- Kaza Tutarları			
DN- Kaza Tutarları			
DO- Kaza Tutarları			
DP- Kaza Tutarları			
DQ- Kaza Tutarları			
DR- Kaza Tutarları			
DS- Kaza Tutarları			
DT- Kaza Tutarları			
DU- Kaza Tutarları			
DV- Kaza Tutarları			
DW- Kaza Tutarları			
DX- Kaza Tutarları			
DY- Kaza Tutarları			
DZ- Kaza Tutarları			
EA- Kaza Tutarları			
EB- Kaza Tutarları			
EC- Kaza Tutarları			
ED- Kaza Tutarları			
EE- Kaza Tutarları			
EF- Kaza Tutarları			
EG- Kaza Tutarları			
EH- Kaza Tutarları			
EI- Kaza Tutarları			
EJ- Kaza Tutarları			
EK- Kaza Tutarları			
EL- Kaza Tutarları			
EM- Kaza Tutarları			
EN- Kaza Tutarları			
EO- Kaza Tutarları			
EP- Kaza Tutarları			
EQ- Kaza Tutarları			
ER- Kaza Tutarları			
ES- Kaza Tutarları			
ET- Kaza Tutarları			
EU- Kaza Tutarları			
EV- Kaza Tutarları			
EW- Kaza Tutarları			
EX- Kaza Tutarları			
EY- Kaza Tutarları			
EZ- Kaza Tutarları			
FA- Kaza Tutarları			
FB- Kaza Tutarları			
FC- Kaza Tutarları			
FD- Kaza Tutarları			
FE- Kaza Tutarları			
FF- Kaza Tutarları			
FG- Kaza Tutarları			
FH- Kaza Tutarları			
FI- Kaza Tutarları			
FJ- Kaza Tutarları			
FK- Kaza Tutarları			
FL- Kaza Tutarları			
FM- Kaza Tutarları			
FN- Kaza Tutarları			
FO- Kaza Tutarları			
FP- Kaza Tutarları			
FQ- Kaza Tutarları			
FR- Kaza Tutarları			
FS- Kaza Tutarları			
FT- Kaza Tutarları			
FU- Kaza Tutarları			
FV- Kaza Tutarları			
FW- Kaza Tutarları			
FX- Kaza Tutarları			
FY- Kaza Tutarları			
FZ- Kaza Tutarları			
GA- Kaza Tutarları			
GB- Kaza Tutarları			
GC- Kaza Tutarları			
GD- Kaza Tutarları			
GE- Kaza Tutarları			
GF- Kaza Tutarları			
GG- Kaza Tutarları			
GH- Kaza Tutarları			
GI- Kaza Tutarları			
GJ- Kaza Tutarları			
GK- Kaza Tutarları			
GL- Kaza Tutarları			
GM- Kaza Tutarları			
GN- Kaza Tutarları			
GO- Kaza Tutarları			
GP- Kaza Tutarları			
GQ- Kaza Tutarları			
GR- Kaza Tutarları			
GS- Kaza Tutarları			
GT- Kaza Tutarları			
GU- Kaza Tutarları			
GV- Kaza Tutarları			
GW- Kaza Tutarları			
GX- Kaza Tutarları			
GY- Kaza Tutarları			
GZ- Kaza Tutarları			
HA- Kaza Tutarları			
HB- Kaza Tutarları			
HC- Kaza Tutarları			
HD- Kaza Tutarları			
HE- Kaza Tutarları			
HF- Kaza Tutarları			
HG- Kaza Tutarları			
HH- Kaza Tutarları			
HI- Kaza Tutarları			
HJ- Kaza Tutarları			
HK- Kaza Tutarları			
HL- Kaza Tutarları			
HM- Kaza Tutarları			
HN- Kaza Tutarları			
HO- Kaza Tutarları			
HP- Kaza Tutarları			
HQ- Kaza Tutarları			
HR- Kaza Tutarları			
HS- Kaza Tutarları			
HT- Kaza Tutarları			
HU- Kaza Tutarları			
HV- Kaza Tutarları			
HW- Kaza Tutarları			
HX- Kaza Tutarları			
HY- Kaza Tutarları			
HZ- Kaza Tutarları			
IA- Kaza Tutarları			
IB- Kaza Tutarları			
IC- Kaza Tutarları			
ID- Kaza Tutarları			
IE- Kaza Tutarları			
IF- Kaza Tutarları			
IG- Kaza Tutarları			
IH- Kaza Tutarları			
II- Kaza Tutarları			
IJ- Kaza Tutarları			
IK- Kaza Tutarları			
IL- Kaza Tutarları			
IM- Kaza Tutarları			
IN- Kaza Tutarları			
IO- Kaza Tutarları			
IP- Kaza Tutarları			
IQ- Kaza Tutarları			
IR- Kaza Tutarları			
IS- Kaza Tutarları			
IT- Kaza Tutarları			
IU- Kaza Tutarları			
IV- Kaza Tutarları			
IW- Kaza Tutarları			
IX- Kaza Tutarları			
IY- Kaza Tutarları			
IZ- Kaza Tutarları			
JA- Kaza Tutarları			
JB- Kaza Tutarları			
JC- Kaza Tutarları			
JD- Kaza Tutarları			
JE- Kaza Tutarları			
JF- Kaza Tutarları			
JG- Kaza Tutarları			
JH- Kaza Tutarları			
JI- Kaza Tutarları			
JJ- Kaza Tutarları			
JK- Kaza Tutarları			
JL- Kaza Tutarları			
JM- Kaza Tutarları			
JN- Kaza Tutarları			
JO- Kaza Tutarları			
JP- Kaza Tutarları			
JQ- Kaza Tutarları			
JR- Kaza Tutarları			
JS- Kaza Tutarları			
JT- Kaza Tutarları			
JU- Kaza Tutarları			
JV- Kaza Tutarları			
JW- Kaza Tutarları			
JX- Kaza Tutarları			
JY- Kaza Tutarları			
JZ- Kaza Tutarları			
KA- Kaza Tutarları			
KB- Kaza Tutarları			
KC- Kaza Tutarları			
KD- Kaza Tutarları			
KE- Kaza Tutarları			
KF- Kaza Tutarları			
KG- Kaza Tutarları			
KH- Kaza Tutarları			
KI- Kaza Tutarları			
KJ- Kaza Tutarları			
KK- Kaza Tutarları			
KL- Kaza Tutarları			
KM- Kaza Tutarları			
KN- Kaza Tutarları			
KO- Kaza Tutarları			
KP- Kaza Tutarları			
KQ- Kaza Tutarları			
KR- Kaza Tutarları			
KS- Kaza Tutarları			
KT- Kaza Tutarları			
KU- Kaza Tutarları			
KV- Kaza Tutarları			
KW- Kaza Tutarları			
KX- Kaza Tutarları			
KY- Kaza Tutarları			
KZ- Kaza Tutarları			
LA- Kaza Tutarları			
LB- Kaza Tutarları			
LC- Kaza Tutarları			
LD- Kaza Tutarları			
LE- Kaza Tutarları			
LF- Kaza Tutarları			
LG- Kaza Tutarları			
LH- Kaza Tutarları			
LI- Kaza Tutarları			
LJ- Kaza Tutarları			
LK- Kaza Tutarları			
LL- Kaza Tutarları			
LM- Kaza Tutarları			
LN- Kaza Tutarları			
LO- Kaza Tutarları			
LP- Kaza Tutarları			
LQ- Kaza Tutarları			
LR- Kaza Tutarları			
LS- Kaza Tutarları			
LT- Kaza Tutarları			
LU- Kaza Tutarları			
LV- Kaza Tutarları			
LW- Kaza Tutarları			
LX- Kaza Tutarları			
LY- Kaza Tutarları			
LZ- Kaza Tutarları			
MA- Kaza Tutarları			
MB- Kaza Tutarları			
MC- Kaza Tutarları			
MD- Kaza Tutarları			
ME- Kaza Tutarları			
MF- Kaza Tutarları			
MG- Kaza Tutarları			
MH- Kaza Tutarları			
MI- Kaza Tutarları			
MJ- Kaza Tutarları			
MK- Kaza Tutarları			
ML- Kaza Tutarları			
MM- Kaza Tutarları			
MN- Kaza Tutarları			
MO- Kaza Tutarları			
MP- Kaza Tutarları			
MQ- Kaza Tutarları			
MR- Kaza Tutarları			
MS- Kaza Tutarları			
MT- Kaza Tutarları			
MU- Kaza Tutarları			
MV- Kaza Tutarları			
MW- Kaza Tutarları			
MX- Kaza Tutarları			
MY- Kaza Tutarları			
MZ- Kaza Tutarları			
NA- Kaza Tutarları			
NB- Kaza Tutarları			
NC- Kaza Tutarları			
ND- Kaza Tutarları			
NE- Kaza Tutarları			
NF- Kaza Tutarları			
NG- Kaza Tutarları			
NH- Kaza Tutarları			
NI- Kaza Tutarları			
NJ- Kaza Tutarları			
NK- Kaza Tutarları			
NL- Kaza Tutarları			
NM- Kaza Tutarları			
NN- Kaza Tutarları			
NO- Kaza Tutarları			
NP- Kaza Tutarları			
NQ- Kaza Tutarları			
NR- Kaza Tutarları			
NS- Kaza Tutarları			
NT- Kaza Tutarları			
NU- Kaza Tutarları			
NV- Kaza Tutarları			
NW- Kaza Tutarları			
NX- Kaza Tutarları			
NY- Kaza Tutarları			
NZ- Kaza Tutarları			
OA- Kaza Tutarları			
OB- Kaza Tutarları			
OC- Kaza Tutarları			
OD- Kaza Tutarları			
OE- Kaza Tutarları			
OF- Kaza Tutarları			
OG- Kaza Tutarları			
OH- Kaza Tutarları			
OI- Kaza Tutarları			
OJ- Kaza Tutarları			
OK- Kaza Tutarları			
OL- Kaza Tutarları			
OM- Kaza Tutarları			
ON- Kaza Tutarları			
OO- Kaza Tutarları			
OP- Kaza Tutarları			
OQ- Kaza Tutarları			
OR- Kaza Tutarları			
OS- Kaza Tutarları			
OT- Kaza Tutarları			
OU- Kaza Tutarları			
OV- Kaza Tutarları			
OW- Kaza Tutarları			
OX- Kaza Tutarları			
OY- Kaza Tutarları			
OZ- Kaza Tutarları			
PA- Kaza Tutarları			
PB- Kaza Tutarları			
PC- Kaza Tutarları			
PD- Kaza Tutarları			
PE- Kaza Tutarları			
PF- Kaza Tutarları			
PG- Kaza Tutarları			
PH- Kaza Tutarları			
PI- Kaza Tutarları			
PJ- Kaza Tutarları			
PK- Kaza Tutarları			
PL- Kaza Tutarları			
PM- Kaza Tutarları			
PN- Kaza Tutarları			
PO- Kaza Tutarları			
PP- Kaza Tutarları			
PQ- Kaza Tutarları			
PR- Kaza Tutarları			
PS- Kaza Tutarları			
PT- Kaza Tutarları			
PU- Kaza Tutarları			
PV- Kaza Tutarları			
PW- Kaza Tutarları			
PX- Kaza Tutarları			
PY- Kaza Tutarları			
PZ- Kaza Tutarları			
QA- Kaza Tutarları			
QB- Kaza Tutarları			
QC- Kaza Tutarları			
QD- Kaza Tutarları			
QE- Kaza Tutarları			
QF- Kaza Tutarları			
QG- Kaza Tutarları			
QH- Kaza Tutarları			
QI- Kaza Tutarları			
QJ- Kaza Tutarları			
QK- Kaza Tutarları			
QL- Kaza Tutarları			
QM- Kaza Tutarları			
QN- Kaza Tutarları			
QO- Kaza Tutarları			
QP- Kaza Tutarları			
QQ- Kaza Tutarları			

OKULDAN HABERLER...



23 NİSAN ULUSAL EGEMENLİK ÇOCUK BAYRAMI YEMEĞİ

25 Nisan, 2016 tarihinde; 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı dolayısıyla Genelkurmay Başkanının eşi Sayın Şule AKAR ve Kuvvet Komutanlarının sayın eşleri himayesinde düzenlenen yemeğe Rehabilitasyon Merkezlerine devam eden öğrenciler, aileleri ve merkezlerin personeli iştirak etmişlerdir. Yemek de TSK Elele Vakfı GATA Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi atölye çalışmaları sergilenmiştir.

ELELE SAHNE OYUNCULARI TOPLULUĞU KUVA-Yİ MİLLİYE OYUNU'NU GATA VE GENELKURMAY BAŞKANLIĞI'NDA BAŞARIYLA SAHNELEDİ

TSK Elele Vakfı GATA Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi Öğrencileri, Elele Sahne Oyuncuları Topluluğu'nun 2015-2016 yılında hazırladığı "**Kuva-yi Milliye**" oyunu, 4 Mayıs 2016'da GATA Halil AKÇİÇEK Amfisi'nde ve 13 Mayıs 2016'da Genel Kurmay Başkanlığı AKS'de sahnelenmiştir. Elele Sahne oyuncularını topluluğu 12 oyuncu ve 6 eğitmeni kadrosuyla "**Kuva-yi Milliye**" oyununu başarıyla sergilemişler ve izleyicilerden büyük ilgi görmüşlerdir. TSK Elele Vakfı Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezleri olarak öğrencilerimizle gurur duyuyoruz ve önümüzdeki yıl hazırlayacakları tiyatrodaki başarıları diliyoruz.



ELELE ÖZEL EĞİTİM SPOR KULÜBÜNDEN TÜRKİYE İKİNCİLİĞİ

28-30 Nisan 2016 tarihleri arasında Antalya-Manavgat'ta düzenlenen Türkiye Masa Tenisi Şampiyonasına Elele Spor Kulübünü temsilen antrenörümüz **Semanur ÖZKUL** sporcularımız **Safiye AYDIN**, **Oktay KURT**, **Eren KAYA** katılmışlardır. Şampiyonada **Safiye AYDIN** 22 yaş Otizm kategorisinde gümüşmadalyanın sahibi olmuştur. Sporcularımızı tebrik eder başarılarının devamını dileriz.



ELELE ÖZEL EĞİTİM SPOR KULÜBÜ KUTLAMA TÖRENİ

24 Mayıs 2016 tarihinde, 2015-2016 yılında Özel Sporcular Federasyonu'nun düzenlediği Türkiye ve bölge yarışmalarında madalya alan Elele Özel Eğitim Spor Kulübü'nün lisanslı 10 sporcusunu kutlamak amacıyla; TSK Elele Vakfı Genel Müdürü **Tümgeneral (E.) Fahri KIR**, kurumumuzu ziyaret etmiştir.

Sporcularımızı ve ailelerini tebrik eden **Tümgeneral (E.) Fahri KIR**, beden eğitimi öğretmeni **Semanur ÖZKUL** ve yardımcı öğretmeni **Ulviye ÖZMEN**'e teşekkür belgelerini; sporcularımıza hediyelerini takdim etmiştir.



ORG. YAŞAR GÜLER ELELE SPOR KULÜBÜ SPORCULARINI KABUL ETTİ

Orgeneral **Yaşar GÜLER**; TSK ELELE VAKFI Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi öğrencilerinin oluşturduğu Elele Özel Eğitim Spor Kulübü'nün lisanslı 10 sporcusunu, Özel Sporcular Federasyonu'nun düzenlediği 2015-2016 Türkiye ve Bölge Yarışmalarındaki başarılarından dolayı kabul ederek kutlamıştır. Çeşitli branşlarda 9 Altın, 6 Gümüş ve 3 Bronz madalya alan öğrencilere çeşitli hediyeler verilmiş ve hatıra fotoğrafı çekilmiştir.



ELELE ÖZEL EĞİTİM SPOR KULÜBÜ'NDEN TÜRKİYE BİRİNCİLİĞİ

Mayıs 2016 tarihinde Özel Sporcular Federasyonu'nun düzenlemiş olduğu Türkiye Atletizm Şampiyonasında sporcularımızdan **Mehmet Fatih BAL** Cirit Atma branşında Türkiye Birincisi, **Selin Gülbeyaz KÖMÜRCÜ** uzun atlama branşında Türkiye ikincisi olmuştur sporcularımız ve antrenörümüz **Semanur ÖZKUL**'u tebrik eder, başarılarının devamını dileriz.





10-16 MAYIS ENGELLİLER HAFTASI

TSK Elele Vakfı Güvercinlik Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezimizde 10-16 Mayıs Engelliler Haftası nedeniyle saygıdeğer Resim Öğretmeni **Ali EFE** hocamızın gönüllü çalışması eşliğinde

öğrencilerimiz duvar boyama etkinliği yapmıştır.

Etkinliğimiz de emeği geçen başta **Ali EFE** hocamıza, Kurum Müdürü **Gülseren AKAOĞLU**'na, TSK Elele

Vakfı Güvercinlik Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi tüm çalışanlarına, çok değerli öğrencilerimize ve ailelerine teşekkür ederiz.

BAHAR ŞENLİĞİ VE KERMES

TSK Elele Vakfı Güvercinlik Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezimiz bahçesinde 03.06.2016 tarihinde Bahar Şenliği ve Kermes düzenlenmiştir. Öğrencilerimiz eğlenerek öğretim yılını tamamlamanın yanında yaptıkları ürünleri sergilemişlerdir. Şenliğimize katılımları ile bizlere onur veren ve okulumuza desteklerini esirgemenen çok değerli Jandarma Genel Komutanlığı Lojistik Komutanı **Korg. Ata KALKAN**'a, TSK Elele Vakfı Genel Müdürü **Tümg(E.) Fahri KIR**'a, TSK Elele Vakfı Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezleri Genel Müdürü **Kur. Alb(E.) Mümtaz AYDEMİR**'e, TSK Elele Vakfı Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi ve Orgeneral Eşref Bitlis Kışlası'nın tüm çalışanlarına, çok değerli öğrencilerimize ve ailelerine teşekkür ederiz.



GÜVERCİNLİK'TE ANNELER GÜNÜ ÇAYI

TSK Elele Vakfı Güvercinlik Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezimiz bahçesinde 13 Mayıs 2016 tarihinde Anneler Günü dolayısıyla çay düzenlenmiştir. Yüreğinde sınırsız sevgi ve sabır olan tüm annelerimizin Anneler Günü'nü kutlar, etkinliğimiz de emeği geçen okul aile birliği temsilcimiz **Gülegül ERGÜN**'e, Kurum Müdürü **Gülseren AKAOĞLU**'na, TSK Elele Vakfı Güvercinlik Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi tüm çalışanlarına, çok değerli öğrencilerimize ve ailelerine teşekkür ederiz.



"TSK Ankara Özel Bakım Merkezi Mükemmel Hizmet Veriyor"

Aynur MERTDOĞAN, "TSK Ankara Özel Bakım Merkezi bulunmayacak imkânlarla dolu çok güzel bir yer. Son derece iyi fiziki şartlara ve ilgili, sıcak, şefkatli personele sahip. Benim en iyi arkadaşlarım da burada görev yapmakta olan personellerdir. Buraya olan uyumum onlar sayesinde hızlandı. Güzel vakit geçirmemi sağladılar." dedi.

Enes Buğra BENLİ
TSK Ankara Özel Bakım Merkezi

Aynur Hanım öncelikle bizimle duygu ve düşüncelerinizi paylaştığınız için teşekkür ederiz. Bize biraz kendinizi tanıtır mısınız?

Ben de teşekkür ederim. Ben İstiklal Savaşı Gazisi Ali Rifkî MERTDOĞAN'ın kızı Aynur MERTDOĞAN'ım. 1939 yılında Tunceli Hozat'ta doğdum. Babam, Atatürk ile omuz omuza savaşımlara girmiş ve İstiklal Madalyası almıştır. Ailemin 5 erkek evladından sonra dünyaya gelen tek kız çocuğuyum. Babam beni 50 yaşında kucağına aldığı için güzel bir çocukluk geçirdim. İlgilerini, şefkatlerini, sevgilerini üzerimden eksik etmediler. Hala özlem duyarım o yıllara.

Çok varlıklı bir aile değildik ancak babamın tek maaşıyla kimseye muhtaç kalmadan bu günlere kadar geldik. Babama sorarlarmış "oturduğun ev kendinin mi" diye. Halâ aklıma gelince duygulanırım. "Evi ne yapayım benim beş apartmanım bir de köşküm var" dermiş. İlkokulu Malatya'nın Darende ilçesinde bitirdim. Ortaokul ve liseyi Ankara'da bitirdim. Ardından 1958 yılında SSK Genel Müdürlüğünde çalışma yaşamıma başladım.

O yıllarda aynı zamanda dil gelişime önem verdim. 5 yıl Amerikan Kültür'ü de İngilizce ve 6 yıl Fransız Kültür'ü de Fransızca eğitimleri aldım. 20 sene çalıştıktan sonra emekli oldum. Eşim ise özel şirketlerde çeşitli görevlerde bulundu. Ben de aileden gelen bir gelenekle CHP'de birçok görevde bulundum. Parti Merkezine gittiğim sıralarda İsmet İnönü ile tanıştım. O sıcak gülüşü halâ gözlerimin önüne gelir. 1969 yılında babamı 1978 yılında

ise annemi kaybettim. Dört abimi ise grip kadar yaygın olan hastalıktan, kanserden kaybettim. Eşim ise dört yıl önce vefat etti.

Emekli olduktan sonra neler yaptınız?

Emeklilik yıllarımı dolu dolu geçirdim. Maddi ve manevi imkânlarımın elverdiği kadarıyla yapmak istediğim her şeyi yaptım. Resim çizdim bir dönem. Şiirler ve bir de roman yazdım. Romanımı 15 yaşında yazmaya başladım ancak maddi yetersizlikten dolayı basımını gerçekleştiremedim. Romanı, bir film veya dizi senaryosu ya da gazete, mecmua köşelerinde görmeyi çok isterdim. Aynı zamanda stilistliğini kendim yaptığım kıyafetler tasarladım. Bunların dikimlerini yaptım. Dolu dolu bir hayat geçirdim. Arkama dönüp baktığımda ise keşke dediğim hiçbir şey olmadı. Kimse ailemin bana gösterdiği ilgiyi, sevgiyi gösteremediği için o yıllarımı hala ararım.

Babanızın Atatürk ile omuz omuza savaştığını söylediniz. Peki, size anılarından bahsettiği oldu mu?

Babam ağabeylerime anılarını anlatırdı. Ancak ben küçük olduğum için benim ilgimi çekmezdi, dinlemezdim. Zaten babam 50 yaşındayken ben dünyaya geldiğim için çok fazla vakit geçiremedik.

Buraya geliş süreciniz ve Özel Bakım Merkezimiz ile ilgili duyularınızı bizimle paylaşır mısınız?

Eşimin vefatından sonra TSK Özel Bakım Merkezi'ni SSK'da beraber çalıştığımız ve burada kalan Ayten MUTLUER'den duydum. Kendisiyle görüşmek için aradığımda burada kaldığını ve çok memnun olduğunu anlattı. İmkânları hakkında beni bilgilendirdi. Eşimin vefat etmesiyle yalnız kalınca burası benim de aklıma yattı ve 2015 yılında buraya müracaatımı yaptım. Bulunmayacak imkânlarla dolu çok güzel bir yer. Son



Çamlıca - 1962

derece iyi fiziki şartlara ve ilgili, sıcak, şefkatli personele sahip. Benim en iyi arkadaşlarım da burada görev yapmakta olan personellerdir. Buraya olan uyumum onlar sayesinde hızlandı. Güzel vakit geçirmemi sağladılar.

Bize vakit ayırdığınız ve keyifli sohbetiniz için teşekkür ederiz Aynur Hanım.

Ben de teşekkür ederim. Sizinle yazmış olduğum ve bir gazetede yayınlanan şiirimi paylaşmak isterim.

Aynur MERTDOĞAN'ın kaleminden çıkan şiir:

ARİYORUM

Tutunacak bir dal,
Sığınacak bir liman arıyorum
Arıyorum Seni,
Seninle geçen günlerimi.
Altında oturduğumuz
Ağaçların gölgesini,
Suyunu içtiğimiz
Kır çeşmesini arıyorum.
Birlikte seyre daldığımız
Mehtabın sihrini
Ve oturduğumuz çardakları,
Bir daha hiç ayrılmayacakmışçasına
Ellerimle kenetlenen ellerini,
Ve gözlerime sevgiyle bakan
Sımsıcak gözlerini arıyorum
Üşüyen ellerimi ısıtan,
Şefkatle bağrına basan
Seni arıyorum.
Seni,
Ve seninle geçen
Günlerimi arıyorum.



Sıhhiye-1960 İhtilali sırasında



CHP Merkezi - 1970

"HEP ELELE VERELİM BİRLİK OLALIM"



Gazilerin tedavi olurken yaşadıkları ızdırabı, ama tedavi bitince gözlerindeki mutluluğu görebiliyorum. Eğer bu tesiste ve tedavide en ufak bir tuzum varsa işte HUZUR budur.



• **Bize kendinizden bahseder misiniz ?**

1920 Bilecik Osmaneli doğumluyum. Bir tane erkek kardeşim var. Çocukluğum Osmaneli'nde geçti. Oldukça başarılı bir öğrenciydim ama ailem yüksek eğitim almama müsaade etmedi, hatta Kaymakam Bey evimize kadar gelip; **"kızımızı okutalım"** demişti. Ancak rahmetli anneciğim **"kızımı uzaklara gönderemem, yanımdan ayıramam"** diyerek karşı çıktı. Böylelikle bende yüksekokul okuyamadım, keşke okuyabilseydim.

20'li yaşlarda eşim rahmetli **Namık Kemal YILDIZ** ile evlendik ve İstanbul'a yerleştik. Astsubay'dı, hem de Kore Gazisi idi. Kore'den dönüşünü hatırlıyorum....

Trenle döndüler karşılamaya gitmiştik. Muazzam bir karşılama töreni olmuştu. Halâ gözlerimin önünde....



36 yıl önce ani bir rahatsızlıkla kaybettim onu, çok aceleliydi vefatı da öyle oldu, o gidince çok yalnız kaldım. Nurlar içinde yatsın,

• **TSK Elele Vakfı'nı nasıl öğrendiniz ?**

Eşim vefat edince bir süre İstanbul'da yalnız yaşadım. Ama insan yaşlandıkça yanında birilerini istiyor. Bir özel bakım merkezi aramaya başladım. İstanbul'da TSK Çamlıca Özel Bakım Merkezi için başvuru yaptım, sıraya girdim, ama çok zor görünüyordu. Bir süre sonra bir aile dostumuz Ankara'da da böyle bir tesis var, TSK ELELE Vakfı inşa etmiş dedi. Araştırdık TSK Ankara Özel Bakım Merkezi'ne geldim. Burada TSK ELELE Vakfı'nı öğrendim. Bu kadar güzel işler yaptıklarını bilmiyordum bu tesisi inşa ettikleri ve bizlere burada yaşama fırsatı verdikleri için Vakfa minnettarım. Keşke daha çok bakım evi inşaa etseler.

• **TSK Elele Vakfı'na bağış yapmaya nasıl karar verdiniz ?**

Vakfı tanıyınca tek gelir kaynaklarının bağışlar olduğunu öğrendim. Bizlere yardım eden kurumlara bizde yardım edelim diye düşündüm ve elimden geldiğince bağış yapmaya başladım. İçim çok rahat çünkü biliyorum ki yapılan bağışlar yerine ulaşıyor. Bazen tanıdığım bildiğim kişilere de yardım yapıyorum, inancımız gereği paylaşmak güzel bir alışkanlık ne kadar çok paylaşırsak gönlümüz o kadar zenginleşir.

• **Sizin yaptığınız bağışlardan**

yararlanan Gazilerimizi görünce ne hissediyorsunuz ?

Burada kalmaya başlayınca sağlık problemlerim olduğunda TSK Rehabilitasyon ve Bakım Merkezi'ne gidiyorum. Orası bambaşka bir yer, gazileri görüyorum, o küçük bedenleri ile ne kadar büyük kahramanlıklar yaptıklarını; kolsuz, bacaksız, gözsüz, gezdiklerini görüyorum.





Tedavi olurken yasadıkları ızdırabı, ama tedavi bitince gözlerindeki mutluluğu görebiliyorum.

Eğer bu tesiste ve tedavide en ufak bir tuzum varsa işte huzur budur.

• **TSK ELELE Vakfı'nın Türk Silahlı Kuvvetleri'ne kazandırdığı tesisler hakkında ne düşünüyorsunuz ?**

TSK Ankara Özel Bakım Merkezi benim evim ve bu evin asıl sahibi TSK Elele Vakfı, ev sahibime minnettirim. Bakım Merkezi sayesinde

çok güzel arkadaşlıklar kurdum, sürekli güzel zaman geçiriyorum, sohbetler ediyoruz, gezmelere gidiyoruz, gerçekten de ikinci baharımı yaşıyorum.

TSK Rehabilitasyon ve Bakım Merkezi'ndeki gaziler, benim evlatlarım, o çocuklara bu kadar güzel

bakılan başka bir tesis olamaz, ama biliyorum ki bizim yardımlarımıza ihtiyaçları var,

• **TSK ELELE Vakfı'na bağış yapmak isteyen kişilere neler söylemek istersiniz.**

Bizlerde veren el ile alan el birbirini görmez derler, vakfa yaptınız bağış ile birden çok ele ulaşıyorsunuz, bazen küçük bir çocuk faydalaniyor, bazen benim gibi ikinci baharını yaşayan biri faydalaniyor, ama en önemlisi o gencecik vatan evlatları derman buluyor.

Bildiğim kadarıyla Vakıf 20 yıldır bağışlarla çalışıyormuş ve çok güzel işler yapmış, bizlerde büyükler olarak onlara yardım edelim Vakfı yaşatalım, yaşatalım ki Vakıfta o güzel evlatlarımızı yaşatsın,

Hep elele verelim, birlik olalım, birbirimize destek olalım, yaralarımızı beraber saralım.



GAZİLERİMİZ

“1989 yılında Hatay'ın İskenderun ilçesinde dünyaya gelen Abdulsamet DELİOĞLU, “Tedavi sürecinde desteklerini hiç eksik etmeyen, beni hiç yalnız bırakmayan; başta ailem olmak üzere, görev yaptığım birliğimdeki arkadaşlarıma, komutanlarıma, TSK ELELE Vakfı Genel Müdürlüğüne ve TSK Rehabilitasyon ve Bakım Merkezi'nin gazilerin ikinci evi olarak görmemizi sağlayan tüm personeline büyük destekleri için çok teşekkür ederim.” dedi.



Seher YAĞMUR BİLEN
Uzm. Psikolog,
Gazi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon
Eğitim Araştırma Hastanesi

Kendinizle ilgili biraz bilgi verebilir misiniz?

Ben Abdulsamet DELİOĞLU. 1992 yılında Hatay-İskenderun'da doğdum. İlk ve ortaokulu İskenderun'da okudum. Daha sonra Kahramanmaraş'ta Sütçü İmam Üniversitesi'nin Makine Teknikerliği bölümünü bitirdim. Okul sonrası, Kıbrıs'ta askerliğimi yaptım. Askerliğin bitmesiyle uzman çavuşluğa başvurduğum ve sınavları geçerek mesleğe başladım.

Uzman çavuşluk görevine ne zaman ve nasıl başladınız?

Askerliği seviyordum, çocukluk hayalimdi. Şubat 2015'te askerliğim bitti. Nişanlı olduğum için bir işe ihtiyacım vardı. Kimseye muhtaç olmadan düşünümü yapmak, ailemi ve düzenimi kurmak istiyordum. Uzman çavuşluğa başvurduğum, sınava girdim ve kazandım. Eğitimde çok zorlandım ama bırakmayı hiç düşünmedim. Yoğun ve verimli bir eğitim dönemi sonunda, 07 Ağustos 2015'te Bingöl'e tayinim çıktı. Bingöl'de 6 gün kaldım ve geçici birlik olarak Şırnak-Silopi'ye gittik. O ortamda olmak değişik bir duyguydu. Farklı bir ortam, sağlam ve güçlü arkadaşlıklar, bir ekibin parçası



olmak gibi kısa sürede gördüğüm güzel yanları vardı.

Nasıl yaralandınız?

Uzman çavuşluk görevime başladıkdan, 27 gün sonra yaralandım. 30 Aralık 2015 tarihinde verilen emir doğrultusunda Silopi'de sabah saat 10 civarında, timden 8 kişi ile teröristlerin bulunduğu belirtilen evleri kontrol ederek ilerliyorduk. Teröristlerin olduğu eve operasyon düzenleyecektik. Güvenliği alınmış bir ev ile bahçe duvarı arasından diğer arkadaşlar etrafı gözetliyordu. Ben ve bir arkadaşım bu koridor üzerinde sol tarafımızda kalan bölgenin emniyetini aldık. Güvenli olduğu bilgisini vermek için arkadaşların yanına döndük. Mevzilendik, el bombası atıldı. Devam etmek için mevzilendiğimiz yerden kalktık. Ben bir adım attım ve patlama

oldu. Bulunduğumuz yerde molozlar vardı. Molozların altına teröristlerin döşediği el yapımı patlayıcı döşemişler ve ben basınca patladı.

Sonrasında üstüme moloz taşları düştü, her yanımda toz toprak oldu. Karanlık ve kulağımdaki çınlama içinde ne olduğunu anlamaya çalışıyordum. Bu sırada çatışma da çıktığı için arkadaşlarım önce beni görmemiş, daha sonra görmüşlerdi. Ben de kendimden geçmiş olmalıyım ki, tokatladıklarında kendime gelebilirdim. Sağ elimin kopmuş olduğunu gördüm. Bacaklarımda üzerinde molozlar vardı ve sağ bacağım kırıldığı için geriye doğru duruyordu. Bacağımın da koptuğunu zannettim ve bağırmağa başladım. Arkadaşlarım bacağımın üzerindeki molozları



kaldırıp, bacağımlı düzelterek kopmadığını gösterdiler. Dar bir alanda olduğumuz için, beni kucaklarına alıp sedyeye götürdüler. Sonra hastaneye ulaştırmak için ambulans çağrıldı.

Tedavi süreciniz hakkında bilgi verebilir misiniz?

Ambulansla Silopi Devlet Hastanesine götürüldüm. Burada bana hiçbir müdahalede yapılmadan Diyarbakır Asker Hastanesi'ne sevk edildim. Tüm operasyonlarım Diyarbakır Asker Hastanesinde yapıldı. Elim orada kesildi, bacağımdaki cihaz orada takıldı ve diğer bacağımdaki yanıklara müdahaleler orada yapıldı. Aynı günün gecesinde Ankara GATA'ya gönderildim. 31 Aralık'tan 2015'den 29 Şubat 2016'ya kadar GATA'da tedavi gördüm. GATA Plastik Cerrahi Kliniğinde sağ bacağımdaki kırığa ve açık yaraya yönelik ilaç tedavisi gördüm. 29 Şubat 2016'dan bu yana da TSK Rehabilitasyon ve Bakım Merkezi, Ampute Kliniğinde tedavim devam ediyor.

TSK Rehabilitasyon Merkezi'ndeki tedavi süreciniz nasıl geçiyor?

Burada aldığım tedavi bana birçok anlamda iyi geldi. GATA'da enfeksiyon riskim olduğu için oda dışına pek çıkamıyordum ya da fizik tedavi alamıyordum. Burada çok yeni olmama rağmen kolumu ve ayağımı güçlendirici egzersizler yapıyorum. Yani fizik tedavi almaya başladım ve bana iyi geldiğini düşünüyorum. Şimdi çok yeni olduğum için bu kadar yapabiliyorum ama ilerde kolum ve bacağım için daha yoğun ve verimli çalışmalar olacak diye düşünüyorum. Diğer yandan burada benim gibi olan, benzer olayları ve benzer sorunları



bulunan birçok insan tanıdım. Bu da bana yalnız olmadığımı, şükretmeyi ve onların deneyimlerinden yararlanabilmeyi sağladı. Çalışanlar her konuda yardımcı oluyor. Sakin ve çok güzel bir yer burada tedavi olabildiğim için kendimi çok şanslı hissediyorum. Keşke ülkemizde böyle merkezlerin sayısı daha da artsa ve

ihtiyacı olan hastalar faydalanabilse.

Geleceğe yönelik planlarınız nelerdir?

Tedavilerim nasıl gelişir, emekli olur muyum, bilmiyorum ama yürümeye başladığımda yapacağım ilk şeyin ne olduğunu biliyorum. Nişanlım bekliyor, hastaneden çıkıp önce düşüncümü yapmak istiyorum. Mesleğe girerken ki düşüncem, kimseye muhtaç olmadan kendi düşüncümü, evimi yapabilmektir. Eğitimimi devam ettirerek lisansımı tamamlamak istiyorum. Planlarımın gerçekleşip gerçekleşmeyeceğini zaman gösterecek. Şimdilik düşündüklerim bunlar ama zamanla ne olur bilmiyorum.

Son olarak bize neler söyleyebilir misiniz?

Burası çok güzel bir yer ve bize ayrı bir saygı gösterildiğini düşünüyorum. Ben daha çok yeni olduğum için henüz gazılığı benimseyemedim. İşimi seviyordum ve yaşadığım hiçbir şeyden pişman değilim. Bazen keşke bunlar olmasaydı ve ben çalışmaya devam etseydim diyordum ama şükretmeyi de biliyorum. Çok şükür iyi bir amaç için, ülkem için ben uzuv kaybettim, sağlığımı kaybettim. Ama olsun... Vatan sağ olsun...



GAZİLERİMİZ

“Balıkesir’de dünyaya gelen P.Uzm. Çvş. Muhammet ALTINEL, “Biz eşimle beraber yeniden doğduk. Oğlumuzun varlığıyla da hep güçlendik. Bütün bu süreçte Gnkur.Bşk.lığı, GATA, TSK Elele Vakfı, TSK Reh.Mrk. personeli ve eşimin mesai arkadaşları bizi hiç yalnız bırakmadılar. Her zaman ilgi ve destek gördük. Kendimizi asla çaresiz hissetmedik. En büyük mutluluğumuz TSK ailesinin bir parçası olmak. Bundan sonra da her şeyin yoluna gireceğine ve daha güzel olacağına inanıyoruz.” dedi.”

Şeyma UVALI

Psikolog
Gazi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon
Eğitim Araştırma Hastanesi

Bize kendinizi tanıtır mısınız?

İsmim Muhammet ALTINEL. 28 yaşındayım. Evliyim, 8 yaşında bir oğlum var. Memleketim Balıkesir. 2008 yılında 20 yaşındayken Rize-İyidere’de Jan. Onb. olarak askerlik görevimi yaptım ve memleketime geri döndüm. 2011 yılında TSK’ya katılmaya karar verdim. Girdiğim sınavları geçtim, gereken eğitimi aldım ve 2012 yılından, yaralandığım 2015 yılına kadar Van-Başkale’de P.Uzm.Çvş olarak görev yaptım.

Kısaca nasıl yaralandığınızdan bahseder misiniz?

4. Hudut Tb.14.Hudut Bl. Yeşil Bulak Karakolu’nda manga komutanı olarak görev yapmaktaydım. 04 Eylül 2015 günü acemi askerlere atış yaptırmak için bölük merkezine gidiyorduk. 3013 rakımlı bir tepede, aramızdaki mesafeleri koruyarak araziye doğru yol almaktaydık. Hayal meyal türkü söylediğimi hatırlıyorum. Sonra birden patlama oldu. Bölücü terör örgütü tarafından güzergahımıza yerleştirilen bir EYP uzaktan kumanda ile patlatılmış. Patlama anını ve sonrasındaki yaklaşık 4 ayı hiç hatırlamıyorum. Bana anlatıldığı kadarıyla çelik yelek göğsümü ve sırtımı korumuş fakat vücudumun sol tarafından ağır yaralanmışım. Aşırı kan kaybı nedeniyle de oksijensiz kalmışım ve beyin sapımda ödem oluşmuş.

Şimdi sizin hatırlamadığınız o 4 ayda neler olduğunu eşinizden dinleyelim. Siz de bize kendinizi tanıtır mısınız?

Adım Kezban ALTINEL Muhammet ile 2007 yılında evlendik. Önce Balıkesir’de yaşadık, Uzm. Çvş. olduktan



sonra da Van’a taşındık. Olay sabah 07.30 civarında olmuş. Ben evdeydim. Diğer personel eşleri Muhammet’in yaralandığını haber almışlar ve bana iletmek için organize olmuşlar. Saat 9.30 gibi evime gelerek bana durumu anlattılar. İhtiyaç olabileceği düşünülerek kapımızın önünde ambulans hazır bulundurulmuş. Duyduğum anda dünya başıma yıkıldı sandım. O duyguyu tanımlamam imkansız.

Eşim olay yerinden ambulans helikopter ile Van 100. Yıl Dursun Odabaşı Tıp Fakültesi’ne kaldırılmış. Ben de evimden ambulans ile onun yanına götürüldüm. Eşimin bir devre arkadaşı ve eşi bana eşlik ettiler.

Ve sonra hepiniz için iyileşme mücadelesi başladı sanırım...



Evet... Hastaneye ulaştığımda Muhammet’e ilk müdahale yapılmıştı. İlk ameliyatı da aynı hastanede gerçekleşti. Oradaki doktorlar hep eşimin hayati tehlikesi olduğunu ve her şeye hazırlıklı olmamız gerektiğini söylediler. Benim için çok zor günlerdi. Eşimin annesi kalp hastası, onlara durumu anlatmam gerekiyordu ve bu haliyle söyleyemezdim. Elimden geldiği kadar yumuşatmaya çalışarak haber verdim. 8 gün orada kaldıktan sonra 11 Eylül 2015 tarihinde ambulans uçakla GATA’ya nakledildik. GATA’da 3,5 ay bilinci kapalı olarak yoğun bakımda kaldı. Bizi duymuyordu ama hem anne-babası hem de ben her gün onunla konuştuk. Umudumuzu hiç kaybetmedik.

Gözlerini açtığı ilk anı hatırlıyor musunuz?

Hatırlamaz mıyım...Kurban Bayramıydı, özel bir gelişme yoktu aslında ama Muhammet birden gözlerini açtı. Bizim için mucize gibiydi. Fakat fiziki olarak çok zayıflamıştı ve gözleri açık olmasına rağmen bizleri görmüyor, duymuyor, hiçbir şekilde tepki vermiyordu. Doktorlar şokta olduğunu söylediler. Biz de bunun üzerine onu şoktan çıkarabilmek, küçük de olsa bir tepki alabilmek için elimizden ne geliyorsa yaptık. Bütün bu süreç boyunca teyzesinin yanında kalan oğlumu hastaneye getirttik. Herkes gibi eşimin de hayatta en



sevdiği şey evladıdır. Düşündük ki onu görmek kendine gelmesine yardımcı olur. Görev yaptığı karakoldan arkadaşları videolar çekip yolladılar, onları izlettirdik.

Bu durum ne kadar devam etti?

Yaklaşık 2,5 ay. Sonra yavaş yavaş benimle göz teması kurmaya ve hafifçe gülümsemeye başladı. Fakat hala konuşmuyordu. Tedavinin devamı için 01 Aralık 2015 tarihinde GATA'dan ayrıldık ve buraya TSK Rehabilitasyon Merkezi'ne geldik.

Burada neler yaşadığınızdan bahsedebilir misiniz biraz?

Tedavimiz Akut Kliniğinde yatarak başladı, şu an Beyin Hasarı Kliniğinde devam ediyor. Her zaman söylüyorum burası eşime çok iyi geldi. Tedaviye başladığımızda eşim hem fiziksel, hem zihinsel olarak çökmüş durumdaydı. Doktorlarımızın yönlendirmesiyle her türlü desteği aldık, ihtiyacımız olan tüm egzersiz salonlarından faydalandık.

Eşim hiç konuşamazken, bir gün dudaklarını kıpırdattığını ve kelimeler



söylemeye çalıştığını fakat ses çıkaramadığını fark ettik. Bunun üzerine İsmail SAFAZ hocamız buz tedavisini önerdi. Ve bu tedavi sayesinde eşim ses çıkarabilmeye ardından da konuşabilmeye başladı. Diğer tedavi ve egzersizler sayesinde oturamazken



ayakta durup adım atma çalışmaları yapma aşamasına geldi. Bu hastane bizim en büyük şansımız oldu.

Peki Muhammet Bey, siz bütün bunları nerden itibaren hatırlayabiliyorsunuz?

Akutta yatarken çok sevdiğim halamlar ziyaretime gelmişlerdi, onu hatırlıyorum. Buz yediğim zamanları hatırlıyorum. Bütün bunları dinlediğimde hatırlamamak çok tuhaf geliyor. Fakat şunu biliyorum ki yaralandığım ve hastaneye yatırıldığım ilk günle şimdiki durumum arasında dağlar kadar fark var. Kendimi neredeyse tamamen sağlığıma kavuşmuş gibi hissediyorum.

Son olarak neler söylemek istersiniz?

K.A. : Biz eşimle beraber yeniden doğduk. Oğlumuzun varlığıyla da hep güçlendik. Bütün bu süreçte Gnkur, Bşk.lığı, GATA, TSK.Reh.Mrk. personeli ve eşimin mesai arkadaşları bizi hiç yalnız bırakmadılar. Her zaman ilgi ve destek gördük. Kendimizi asla çaresiz hissetmedik. En büyük mutluluğumuz TSK ailesinin bir parçası olmak. Bundan sonra da her şeyin yoluna gireceğine ve daha güzel olacağına inanıyoruz.

M.A. : Kendime gelmeye başladığım ilk günlerde hep neden burada olduğumu sorguladım. Ve anlamaya başladığımda da hiç isyan etmedim. Bu iş sevmeden yapılmaz, ben Türk Silahlı Kuvvetleri'ne hep vatan sevgisiyle hizmet ettim. Görevde olduğum her an daha aktif olmak için gönüllü oldum. Ağır yaralanmama rağmen gördüğüm tedaviler, eşimin, yakınlarımin ve TSK ailesinin manevi desteği sayesinde kısa zamanda toparlandım. Bundan sonra da üzerime düşen ne olursa yapmaya hazırım.





ATATÜRK'ün 1907'de çizdiği T.C. Haritası

ATATÜRK, Kurtuluş savaşından çok önce, ittihatçıların Trakya'da 1907'de yaptıkları bir toplantı sırasında, bir Türkiye haritası çizmişti. Orada bulunanların anlattıklarına göre, o günkü Osmanlı devleti sınırlarıyla hiçbir ilgisi olmayan ve o zaman hiçbir anlam veremedikleri bu harita, gelecekte, yine ATATÜRK'ün kuracağı Türkiye Cumhuriyeti'nin haritası olacaktı. Haritada bugünkü sınırlarımıza uymayan tek bir fark vardı; ATATÜRK, bizden ayrılmasına gönlünün bir türlü razı olmadığı Kerkük'ü de Türkiye topraklarına katmıştı.



Osmanlı Arması

Merhum Necip Fazıl KISAKÜREK'in 1954'lü yıllarda çıkardığı Büyük Doğu mecmuasının bir sayısının kapağında, Osmanlı arması işlemeli sanat eseri bir kumaş resmini yayınlayınca, "**padişahlık propagandası yapmak**" gibi saçma bir gerekçe ile derginin o sayısının toplatıldığını ve kendisinin de suçlanarak mahkemeye sevk edilmiş.

Necip Fazıl'ın mahkemede kendisini suçlayan savcıya gayet ibretli bir şekilde:

"İçinde adalet işlerine bakılan bu binanın tepesinde aynı Osmanlı arması var. Siz de mi padişahlık propagandası yapıyorsunuz?" demiş.



Sabiha GÖKÇEN Anlatıyor:

ATATÜRK bazen 5-10 dakika yemeğe başlamaz, yaveri gelip kulağına bir şeyler söyledikten sonra afiyet olsun der yemeğe başladık. Bir gün bunun nedenini ATATÜRK'e sorunca "**Sen karışma, yemeğine devam et**" dedi, iyice merak ettim. Gittim yaverine, "**Sen Paşa'nın kulağına ne diyorsun da biz yemeğe başlıyoruz?**" diye sordum. Yaver bana gözleri yaşartan şu cevabı verdi, "**Birliktteki tüm Mehmetçik yemeğini yedi. Artık yemeğe başlayabiliriz Paşam.**"

Çadırını Başına Yıkma



Osmanlı hükümdarları, sefer esasında hareketlerinden ve hizmetlerinden hoşnut olmadıkları vezirlerini azletmek için kaldıkları çadırın direklerini söktürüp başlarına yıktırılmış. Bu hareket iktidardan düşme manâsına eski Türk geleneklerinde mevcut olup Orta Asya'dan itibaren uygulanmıştır. Fatih'in, Karaman seferi sırasında Mahmud Paşa'nın; Yavuz'un da çaldıran dönüşünde Hersekzade Ahmed Paşa ile Dukaginoğlu Ahmed Paşa'nın çadırlarını başlarına yıktırdıkları meşhurdur.

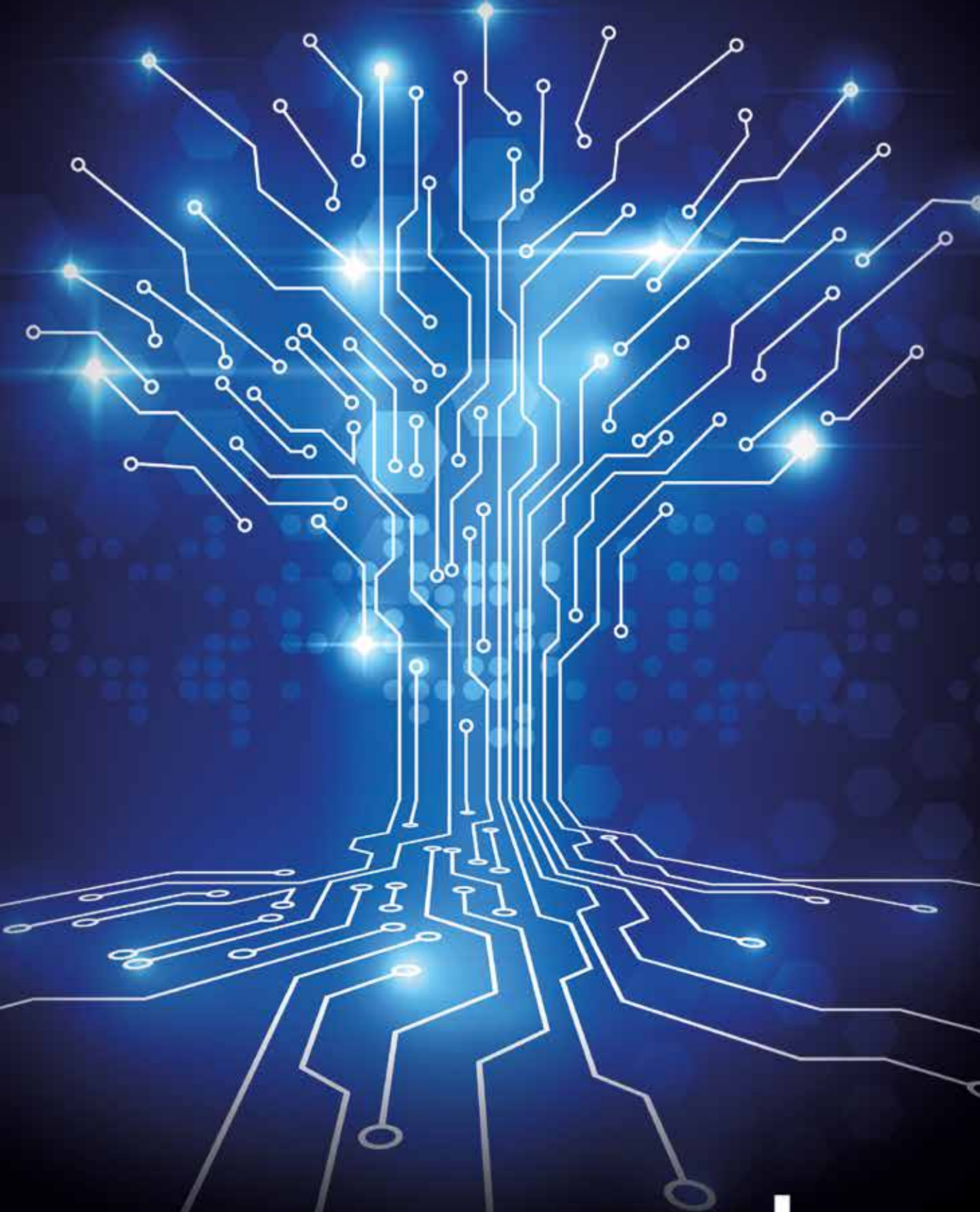


Güme Gitmek

Zamanında Yeniçeriler suçluları yakalayıp zindana kapatırlarken "**HOOPPPP GÜM**" şeklinde nara atarlarmış. Ancak aynı "**kurunun yanında yaş da yanar**" atasözünde olduğu gibi bazen zindana atılanlar arasında suç olmayanlar yani masum kişiler de bulunurmuş. İşte halk suçsuz bir vatandaşın zindana atıldığında, günahsız yere hapse götürülüyor anlamında "**Adamcağız güme gitti, yazık oldu**" dermiş.

Gücümüz Geçmişimizde Saklı

Başarıya Adanmış 40 Yıl



ASELSAN A.Ş. Türk Silahlı Kuvvetlerini Güçlendirme Vakfı'nın bir kuruluşudur.

aselsan
www.aselsan.com.tr

TSK Elele Vakfı'na Bağış Yöntemleri



T.C. ZİRAAT BANKASI A.Ş.
ANKARA BAŞKENT ŞUBESİ
(TL) TR250001001683390259905189

HALK BANKASI
ANKARA / K. ESAT ŞB.
(TL) TR290001200921600016000013

ING BANK
ANKARA / CEBECİ ŞB.
(TL) TR3200099005050500100006

TÜRKİYE İŞ BANKASI A.Ş.
ANKARA ŞB.
(TL) TR550006400000142006000000
ALMANYA / FRANKFURT ŞB.
(EURO) DE74502306000044000008

TÜRKİYE VAKIFLAR T.A.O.
ANKARA / KOLEJ ŞB.
(TL) R150001500158007288774545

TÜRKİYE GARANTİ BANKASI
ANKARA / ANAFARTALAR ŞB.
(TL) TR280006200071100006299431

TÜRKİYE EKONOMİ BANKASI
ANKARA / MEŞRUTİYET CAD. ŞB.
(TL) TR770003200010500000030796

AKBANK
ANKARA / K. ESAT ŞB.
(TL) TR490004600101888000066182

YAPI VE KREDİ A.Ş.
ANKARA / ÖZEL BANKACILIK ŞB.
(TL) TR470006701000000001000001

ŞEKERBANK
GAZİOSMANPAŞA ŞB. (TL)
TR50 0005 9019 5013 0195 0025 54

Vakfın, gelir kaynağını halkımızın yaptığı gönüllü menkul ve gayrimenkul bağışlar oluşturmaktadır. Devlet desteği veya yasa ile belirlenmiş herhangi bir gelir kaynağı bulunmamaktadır.

Bankalar Aracılığı İle Bağış

Hiçbir kişi ya da kuruluşu Vakıf adına makbuzla bağış toplama konusunda yetkilendirmeyen TSK ELELE Vakfı vatandaşlarımızın yaptıkları nakit bağışları Genel Müdürlüğümüzde makbuz karşılığı ve bankacılık aracılığı ile kabul edilmektedir.

TSK ELELE Vakfının anlaşmalı olduğu banka şubelerinden yapılan nakit bağışlarda havale ve EFT ücreti alınmamaktadır.

Online Bağış

TSK ELELE Vakfı'nın internet sayfası www.elele.org.tr üzerinden kredi kartı ile online bağış yapılabilir.

Menkul bağış işlemlerinde dikkat edilmesi gerekenler: TSK ELELE Vakfına bağışta bulunan değerli bağışçılarımız Online bağışlarınızda ve banka aracılığı ile yaptığınız bağışlarda İsim, soysim, T.C. Kimlik Numarası, Adres ve Telefon numarası kontrol edilmelidir.

Çelenk Bağışı

Ankara ili içerisindeki çelenk bağışı için Çelenkte yer alması gereken ismin Vakıf ile koordine edilmesi gerekmektedir.

Gayrimenkul Bağışı

Gayrimenkul bağışlarında, mevzuat gereğince Tapu Sicilinden ve Vasiyetname ile olmak üzere iki bağış usulü bulunmaktadır.

1. Tapu Sicilinden Yapılan Bağış

Tapu Sicil Müdürlüklerinde yapılan bu çeşit bağışlarda iki çeşit uygulama mevcuttur.

Şartsız Bağış: Bağışçı ve Vakıf yetkilileri sbirlikte ilgili Tapu Sicil Müdürlüğüne giderler ve taşınmazın tapusu Vakıf üzerine intikal ettirilir. İşlemler satış işlemine benzer, ancak vakfın vergi muafiyeti nedeniyle vergi ve harç ödenmez.

Bu tür bağışlarda bağışçının gayrimenkul üzerinde hiçbir hakkı kalmaz, gayri menkul vakfın mülkiyetine geçer.

İntifa Hakkı Bağış: Bağışçı, bahse konu gayrimenkulün tapusunu devreder, ancak tapuya konulan kayıtlı intifa (kullanma) hakkı kendisine kalır. Bağışçının vefatına kadar gayrimenkul bağışçıya aittir. İsteddiği gibi tasarruf eder. Kendisi oturur veya kiraya verebilir. Ancak satamaz, devreder ve yapının esasına yönelik değişiklikler yapamaz.

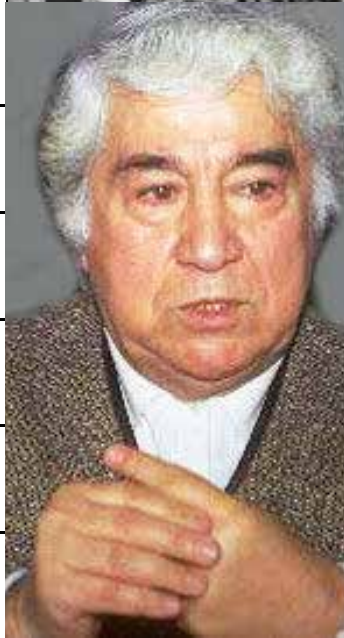
2. Vasiyetname ile Yapılan Bağış

Noter aracılığıyla vasiyetname tanzim etmek suretiyle yapılan bağıştır. Bağışçı Noterden isterse açık, isterse gizli vasiyetname tanzim ederek bağışlayacağı mallarını kime ne şartlarda bağışlayacağını belirtir.

Bağış yapan şahıs isterse vakfa bilgi verir veya vasiyetnamesinden bir suret gönderir. Şahıs vefat ettikten sonra vakıf tarafından vasiyetname ile beraber, ilgili Asliye Hukuk Mahkemesine müracaat edilir. Yetkili mahkeme, vasiyetin içeriği doğrultusunda, karar verir. Mahkeme kararı istinaden vakıf tarafından gerekli işlemler yürütülür.

ÇENGEL BULMACA

Savaşta sağ dönen Matbaa	9	Bıkma, usanma		Bir tür tozduk		Oyunda uzun soluklu konuşma		Şifre		Bir renk adı		Hem hayvansal hem bitkisel besinlerle beslenen		Toplantı, düğün
			3					Ansızın yapılan		Gemicilikte kullanılan demir halka Cömert				4
Resimdeki yazar, filolog ve çevirmen		Hangi şey		Organ		Taşların hızını saptamaya yarayan ağıt						Sarkaç		15
								2	Sinirlenip huysuzluk eden					
Akıl	Yanyıl		Korgeneral	11	Bir orman ağacı, akaju	Sıra				Familiya Küçük gümüş para			12	
			Böbreğin ürettiği ince ve katı tanecikler							Ak olma durumu Kara Kuvvetleri Komutanlığı				
Yaşam		Geniş ve düz yer Yüzey										Yarım kilogramlık bir ağırlık ölçü birimi		Açılıp kapanabilen alçak, küçük masa
				6	Erkek evlat, oğul					Ayrı Belge				
Çok cefa görmüş Olunca, olursa										7				
			Genellikle tahıl saklanan yer			Atasözü				Kalpteki bir kapakla ilgili olan	Başlangıç	Körükle sonuçlanabilen bulaşıcı hastalık	Asetik asidin tuzu veya esteri, saydam	
Özel hipnoz durumu Kazanmalk														13
					Göze ilgili	1	Kalsiyum fluörürü Sorumluluk		Boyut	10	Sıkıştırılmış, sıkılmış olan			
Asteğmenden orgenerele kadar rütbedeki asker	Umut	Yolcu çantası Bir saygı sözü							Yabancı pancar Devlet Su İşleri				Karşık renkli	14
						Canı, cananı, bütün varımı alsın da ... (M.Akif Ersoy)					Kuşatma			
Pekmez toprağı Ampul takma yeri		5				Düşman karşıtı					Dolmuş olan			
							8				Gürültü patırtı			



TSK Yararına Faaliyet Gösteren Vakıflar



TSK ELELE Vakfı
www.elele.org.tr
Tel : 0 312 431 99 36



TSK Güçlendirme Vakfı
www.tskgv.org.tr
Tel : 0312 468 87 88



TSK Mehmetçik Vakfı
www.mehmetcik.org.tr
Tel: 0 312 284 19 70



TSK Dayanışma Vakfı
www.tskdv.org.tr
Tel : 0 312 448 13 11



TSK Eğitim Vakfı
www.tsk-yurt-vakif.org.tr
Tel : 0 312 231 21 10

Ortaklıklarımız ve İştiraklerimiz



TÜRKTRUST Bilgi İletişim ve Bilişim Güvenliği Hiz. A.Ş.

Bilgi, İletişim ve Bilişim Teknolojileri, Bilişim Güvenliği ve Elektronik İmza ile Elektronik Kimlik (Sertifika) Sağlayıcılığı alanlarında faaliyet göstermek üzere, 02 Ağustos 2004 tarihinde TÜRKTRUST Bilgi, İletişim ve Bilişim Gv. Hiz. A.Ş. kurulmuştur. Vakfımız % 99 hisse ile kurucu ortak statüsündedir.



TURKTIPSAN Sağlık Turizm Eğitim ve Ticaret A.Ş.

Türk Silahlı Kuvvetleri yararına faaliyet gösteren altı vakıf tarafından, Sağlık, Otomotiv, Petrol, Eğitim, Ticaret ve Turizm alanlarında faaliyet göstermek üzere kurulan TURKTIPSAN Sağlık, Turizm, Eğitim ve Ticaret A.Ş.ne Vakfımız % 25 hisse ile ortak bulunmaktadır.



MEHMETÇİK VAKFI Sigorta Aracılık Hizmetleri Ltd. Şti.

Türk Silahlı Kuvvetleri Yararına Faaliyet Gösteren üç vakfın birlikte kurduğu ferdî kaza, emeklilik, konut, kasko, sağlık, işyeri ve deprem sigortası branşlarında faaliyet gösteren şirkete vakfımız % 10 hisse ile ortak bulunmaktadır.



GÜLSAV Pazarlama Dağıtım. A.Ş.

Türk Silahlı Kuvvetleri Yararına Faaliyet Gösteren beş vakfın ortak olduğu GÜLSAV Paz.ve Dağ. A.Ş.ne, Vakfımız da % 49 hisse ile ortak bulunmaktadır.

TSK ELELE VAKFI

BANKA BAĞIŞ HESAP NUMARALARI

Bağışlarınızın, vakfımıza ulaştığının tarafınıza bildirilebilmesi için, isim ve adres bilgilerinizi mutlaka işlemi yapan kişilere belirtiniz.

Ziraat Bankası

Ankara Başkent Şubesi (TL)

IBAN : TR25 0001 0016 8339 0259 9051 89

Ankara Başkent Şubesi (USD)

IBAN : TR95 0001 0016 8339 0259 9051 90

Ankara Başkent Şubesi (EURO)

IBAN : TR41 0001 0016 8339 0259 9051 92

Vakıf Bank

Ankara Kolej Şubesi (TL)

IBAN : TR150001500158007288774545

Halkbank

Ankara Küçükesat Şube (TL)

IBAN : TR2900012009216000160000013

ING Bank

Ankara Cebeci Şube. (TL)

IBAN : TR320009900505050500100006

Türkiye İş Bankası

Frankfurt Şube (EURO)

IBAN : DE74502306000044000008

Ankara Şube (TL)

IBAN : TR550006400000142006000000

Yapı Kredi

Ankara / Özel Bankacılık Şb. (TL)

IBAN : TR470006701000000001000001

TEB

Ankara Meşrutiyet Caddesi Şube (TL)

IBAN : TR770003200010500000030796

Akbank

Ankara KüçükEsat Şube (TL)

IBAN : TR490004600101888000066182

Garanti Bankası

Ankara Anafartalar Şube (TL)

IBAN : TR280006200071100006299431

Şekerbank

Gaziosmanpaşa Şb. (TL)

IBAN: TR50 0005 9019 5013 0195 0025 54



EN BÜYÜK GAZİ
MUSTAFA KEMAL
ATATÜRK